

प्रस्तावना

ये सारा विश्व-नाटक याद पर ही बना हुआ है। सारे कल्प जो याद करते आये हैं, उससे आत्मा की उतरती कला होती आई है, अभी संगमयुग पर परमात्मा जो याद की यात्रा सिखलाते हैं, उससे आत्मा और विश्व की चढ़ती कला होती है, इसलिए यहाँ याद शब्द परमात्मा की याद, घर परमधाम की याद, नई दुनिया की याद, ज्ञान की याद के सम्बन्ध में प्रयोग किया गया है परन्तु इस याद की यात्रा में क्या-क्या विघ्न पड़ते हैं अर्थात् कौन-कौन सी यादें विघ्नरूप बनती हैं, उनके सम्बन्ध में भी विचार किया गया है।

याद अर्थात् योग ही आत्मा के चढ़ती कला का आधार है और यही आत्मा की उतरती कला का भी कारण है, आत्म-कल्याण के पुरुषार्थ के लिए परमात्मा की याद के महत्व का ज्ञान और याद अर्थात् योग के विधि-विधान, नियम-सिद्धान्त (Cause and Effect) का ज्ञान होना अति आवश्यक है, उसके लिए ही यहाँ कुछ प्रयास किया गया है।

परमपिता परमात्मा ज्ञान का सागर पतित-पावन है, उसने हमको सारा ज्ञान दिया है और पतित से पावन बनने का राज समझाया है। पावन बनने के लिए परमात्मा की याद मुख्य है परन्तु बुद्धि में वह याद सदा काल स्थिर रहे, उसके लिए हमको पुरुषार्थ करना होता है क्योंकि मनुष्य की बुद्धि में पहले से ही अनेक वस्तु और व्यक्तियों की याद समाई हुई रहती है। याद सदा काल स्थिर रखने के लिए हमारी याद भूलती क्यों है, उसका भी ज्ञान होना अति आवश्यक है और हम पतित कैसे बनें, फिर पावन कैसे बनेंगे, वह ज्ञान भी बुद्धि में होना अति आवश्यक है। क्योंकि जैसे दुख से सुख का महत्व है, वैसे ही परमात्मा की याद के लिए उसके भूलने के कारणों का ज्ञान भी आवश्यक है। इसके लिए ही यहाँ कुछ विचार किया गया है और परमात्मा ने हमको याद के लिए समय-समय पर क्या शिक्षायें दी हैं, उन पर विचार किया गया है। वे शिक्षायें हमारी बुद्धि में रहेंगी तब ही परमात्मा की याद बुद्धि में स्थिर रहेगी।

अभी पुरुषोत्तम संगमयुग पर ज्ञान सागर परमपिता परमात्मा जो ज्ञान देते हैं और याद का विधि-विधान बताते हैं, उससे ही आत्मा की चढ़ती कला होती है अर्थात् आत्मिक शक्ति का विकास होता है। अब उतरती कला की याद को भुला कर चढ़ती कला की याद करने के लिए हमको दोनों के विधि-विधानों पर विचार करना और उनको समझना अति आवश्यक है। इस उद्देश्य से ही परमात्मा के द्वारा उच्चारें महावाक्यों के आधार पर यहाँ कुछ विचार करते हैं, जिससे वे विधि-विधान हमारी बुद्धि में रहें और हम अपनी चढ़ती कला के लिए यथार्थ रीति याद का पुरुषार्थ कर सकें।

Q. क्या परमात्मा को बिना याद किये, अपने आत्मिक स्वरूप को याद कर आत्मा पावन बन सकती है, सम्पूर्ण प्राप्तियों को कर सकती है? परमात्मा को विशेष रूप से याद करना आवश्यक क्यों?

याद का विधि-विधान और सिद्धान्त

याद अर्थात् योग का अर्थ

याद और योग में अन्तर

राजयोग अर्थात् परमपिता परमात्मा की स्नेहयुक्त याद

परमात्मा की याद और पवित्रता

परमात्मा की याद और ब्रह्मचर्यव्रत

परमात्मा की याद और पवित्रता का सम्बन्ध

Q. परमात्मा की याद और पवित्रता में क्या सम्बन्ध है? पवित्रता की धारणा क्या है, पवित्रता और ब्रह्मचर्य में क्या सम्बन्ध है? पवित्रता का आधार ब्रह्मचर्य है या ब्रह्मचर्य का आधार पवित्रता है?

Q. यथार्थ पवित्रता क्या है?

Q. सम्पूर्ण पवित्रता क्या है? क्या ब्रह्मचर्य के पालन करने वाले को पवित्र कहेंगे? यदि हाँ तो क्यों और यदि नहीं तो क्यों? क्या देवताओं को सम्पूर्ण पावन कहेंगे? यदि देवतायें सम्पूर्ण पावन हैं तो कब तक और कहाँ तक? क्या सम्पूर्ण निर्विकारी और सम्पूर्ण पवित्र में कोई अन्तर है? सतयुग में जो आत्मा दूसरा जन्म लेती है, उसको सम्पूर्ण पवित्र कहेंगे? निर्विकारी और सम्पूर्ण निर्विकारी में कोई अन्तर है?

Q. पवित्रता और ब्रह्मचर्य में क्या अन्तर है?

Q. सम्पूर्ण और सम्पन्न पवित्रता क्या है?

Q. सम्पन्न पवित्रता से बाबा का भाव-अर्थ क्या है? सम्पन्न पवित्रता की स्थिति क्या है, उसकी अनुभूति क्या है?

ब्रह्मचर्य व्रत, ब्रह्मचारी जीवन और पवित्रता से सम्बन्ध

Q. योग की सफलता के लिए ब्रह्मचर्य आवश्यक क्यों?

परमात्मा की याद और निश्चय का सम्बन्ध

परमात्मा की याद और गीता

परमात्मा की याद और श्रीमत्

परमात्मा की याद और ब्राह्मण जीवन की सफलता

कल्प-वृक्ष एवं सृष्टि-चक्र और याद की सफलता

परमात्मा की याद और सृष्टि-चक्र

सृष्टि-चक्र की याद और परमात्मा

सृष्टि-चक्र के ज्ञान से परमात्मा की याद का सम्बन्ध

याद और चित्र-मूर्ति, फोटो

Q. बैज से हमारी याद का क्या सम्बन्ध है ?

याद और टी.वी., बाइस्कोप, देखना-सुनना, पठन-पाठन

Q. टी.वी., बाइस्कोप, देखना-सुनना, पठन-पाठन आदि का हमारी याद पर क्या प्रभाव होता है ?

परमात्मा की याद और गीत-कवितायें

परमात्मा की याद और खान-पान अर्थात् अन्न

परमात्मा की याद और बुद्धि का भोजन

परमात्मा की याद और संग

परमात्मा की याद के लिए विषय वस्तु

यथार्थ ज्ञान

आत्मा-परमात्मा

विश्व-नाटक

कल्प-वृक्ष का ज्ञान

कर्म और कर्मफल

याद के विभिन्न प्रकार और उनका प्रभाव

1. एक याद करनी होती है,
एक याद स्वतः आती है,
एक याद सताती है।

2. एक है भौतिक वस्तुओ, पदार्थों याद
दूसरी है सम्बन्धों से लौकिक-अलौकिक व्यक्तियों की याद
तीसरी है भक्ति के रूप में अपने किसी इष्ट देव या देवी की याद
चौथी है परमात्मा की याद

3. एक है भक्ति मार्ग की याद
दूसरी है ज्ञान मार्ग की याद

तीसरी है साधारण समय की याद

4. सृष्टि-चक्र के आधार पर याद की स्थिति

सतयुग-त्रेता की याद

द्वापर-कलियुग की याद

पुरुषोत्तम संगमयुग की याद

विनाश के समय की याद

5. उतरती कला की याद

चढ़ती कला की याद

6. दुर्गति की याद

सद्गति की याद

सद्गति के लिए याद

7. घृणा, ईर्ष्या, शत्रुता से याद

मित्रता और स्नेह से याद

7. ईर्ष्या-घृणा, शत्रुता के वशीभूत याद

मित्रता और स्नेह से परिपूर्ण याद

दया-करुणा से युक्त याद

8. निराकारी याद अर्थात् मूलवतन में शिवबाबा की याद

सूक्ष्मवतन में बापदादा की याद

साकारी याद अर्थात् साकार वतन में ब्रह्मा तन में शिवबाबा की याद

9. आत्मा के ब्रह्मा तन में पधारे परमात्मा के समक्ष रहते की याद

दूर रहते याद अर्थात् परमात्मा साकार ब्रह्मा-तन में थे और अभी बापदादा आते हैं तो सेन्टर

पर रहते मधुवन में याद

मुरली पढ़ते-सुनते याद,

शिवबाबा के गीत आदि सुनते याद

10. आत्मा-कल्याणार्थ के लिए याद

विश्व-कल्याणार्थ के लिए याद

किसी व्यक्ति विशेष की सेवार्थ याद

11. शान्ति और सुख के समय की याद

दुख-अशान्ति के समय की याद

12. आत्मा के पाँच स्वरूपों की याद
परमधाम में आत्मिक स्वरूप की याद
सुखधाम की दैवी स्वरूप की याद
भक्ति मार्ग के पूज्य स्वरूप की याद
संगमयुगी जीवन में परमात्मा के साथ की याद
फरिश्ता स्वरूप की याद

13. चार धामों की याद
हिस्ट्री हॉल में बैठकर याद
बाबा की कुटिया में बैठकर याद
बाबा के कमरे में बैठकर याद
शान्ति स्तम्भ पर बैठकर याद

14. पाप का खाता बढ़ने वाली याद अर्थात् जिस याद से आत्मा विकर्मों में प्रवृत्त होती है, जो
द्वापर-कलियुग में वस्तु और व्यक्तियों की याद होती है।
पाप का खाता भस्म करने वाली याद अर्थात् परमात्मा पिता की याद, जिससे आत्मा का पाप
का खाता खत्म होता है।

पुण्य का खाता जमा करने वाली याद अर्थात् परमात्मा की याद में रहते सुकर्मों में आत्मा की
प्रवृत्ति होती है, जिससे आत्मा का पुण्य का खाता जमा होता है।

15. आत्मा परमात्मा को जब याद करती है, तब उसकी समय और स्थिति के अनुसार पांच
प्रकार की याद होती है -

स्नेह और प्यार से परमात्मा की याद
फरियाद के रूप में परमात्मा को याद करना
स्वार्थ या किसी कार्य सिद्धि के लिए याद
उलहनों के रूप में याद
भय के कारण याद

16. अव्यभिचारी याद
व्यभिचारी याद

17. जंगल में या किसी सुरम्य स्थान पर बैठकर याद करना
बस्ती में याद करना

मन्दिर, मस्जिद, गुरुद्वारे, आश्रम में याद करना

घर-गृहस्थ में रहते याद
सेवाकेन्द्र पर बैठकर या रहते हुए याद

18. अमृतवेले की याद

नुमः शाम अर्थात् सायंकाल की याद

मध्यान्ह की याद

मध्य रात्रि की याद

19. ज्वालारूप की याद

शीतल याद

साधारण याद

20. व्यक्तिगत रूप में याद

संगठित रूप में याद

21. सोकर उठते समय की याद

सोने के समय की याद

खाना खाते समय की याद

किसी आत्मा से बात करते समय की याद

कार्य-व्यवहार के समय की याद

22. साधन और सुविधाओं के आधार पर याद

बिना किसी स्थूल साधन-सुविधाओं के आधार पर याद

24.

सेवाकेन्द्र पर रहते हुए अर्थात् समर्पित जीवन में बाबा की याद

गृहस्थ में रहते हुए बाबा की याद

ट्रस्टी बनकर गृहस्थ में रहते हुए बाबा की याद

योग और सहयोग

याद का प्रभाव और याद पर प्रभाव

याद और कर्म

कर्मयोगी जीवन

परमात्मा की याद का कर्म पर प्रभाव और कर्म का योगाभ्यास पर प्रभाव

यथार्थ याद की कसौटी

यथार्थ याद क्या है ?

याद और वातावरण

याद और चार्ट

याद और पुरुषार्थ

याद का अभ्यास

योगाभ्यास के लिए भिन्न-भिन्न स्थितियाँ

साकार ब्रह्मा तन में याद

अव्यक्त रूपधारी अव्यक्त वतनवासी ब्रह्मा-तन में याद

मुरली और बाबा की याद

ज्ञान का चिन्तन और परमात्मा की याद

बिन्दु रूप में बाप की याद

योग की सफलता में बिन्दु रूप स्थिति के अभ्यास का महत्व

यथार्थ याद, बिन्दुरूप स्थिति और कर्मभोग

कर्मयोग, कर्म-भोग एवं वृद्धावस्था

कर्म-भोग का बीज

रुहानी ड्रिल और उसका अभ्यास

याद के सफल अभ्यास में एकान्त और एकाग्रता का महत्व

परमात्मा की याद और तपस्या

योग की सफलता में आंखे खोलकर योगाभ्यास का महत्व

योग की सफलता में निर्संकल्प और निर्विकल्प स्थिति के अभ्यास का महत्व

परमात्मा की याद भूलने का कारण

मौन स्थिति और परमात्मा की याद का सम्बन्ध

आत्मिक स्वरूप की स्मृति से परमात्मा की याद का सम्बन्ध

आत्मिक स्वरूप की स्मृति का स्थिति से सम्बन्ध

बिन्दुरूप स्थिति, अव्यक्त स्थिति और परमात्मा की याद

याद और जीवन का लक्ष्य

याद और सम्बन्ध

परमात्मा की याद और शत्रुता-मित्रता, राग-द्वेष, ईर्ष्या-घृणा, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति

याद और धारणा

दैवी गुणों की धारणा

ज्ञान की धारणा

याद और ईश्वरीय सेवा

मन्सा सेवा सकाश की सेवा

ईश्वरीय सेवा में सकाश का महत्व

Q. किसी आत्मा को याद करने और सकाश देने में क्या अन्तर है ?

Q. किसी आत्मा को सन्देश देने और सकाश देने में क्या अन्तर है ?

Q. किसी आत्मा को याद करना और उसके स्व-स्वरूप और परमात्मा की याद दिलाने और सकाश देने में क्या अन्तर है ?

Q. सकाश और दृष्टि में क्या अन्तर है ?

याद और चिन्तन

परमात्मा की याद और स्वप्न एवं निद्रा

आत्मा-परमात्मा की स्मृति और कर्मों का हिसाब-किताब

परमात्मा की याद और ब्राह्मण जीवन की सुरक्षा अर्थात् इन्श्योरेन्स

विभिन्न प्रकार के योग और राजयोग एवं हठयोग का अन्तर

परमात्मा की याद और निर्सकल्प समाधि - निर्विकल्प समाधि

विभिन्न प्रकार के योग और उनका राजयोग से सम्बन्ध

ज्ञानयोग

निष्काम कर्मयोग

भक्तियोग

सांख्ययोग

राजयोगमार्ग

राजयोग और हठयोग, दोनों की समानतायें और असमानतायें

परमात्मा की याद और स्मृति-विस्मृति का खेल

स्मृति से समर्थी का सम्बन्ध

परमात्मा की याद की सफलता में मौन का महत्व

Q. एक सोते हुए व्यक्ति के मौन और जागृत व्यक्ति के मौन में क्या अन्तर है और दोनों में कौनसा मौन श्रेष्ठ है ?

परमात्मा की याद और माया

Q. परमात्मा का बनने के बाद माया से युद्ध आरम्भ होती है, पहले क्यों नहीं होती है ?

योगानन्द (परमानन्द) और विषयानन्द (निकृष्ट-आनन्द)

Q. जब दोनों को आनन्द से सम्बोधित किया गया है तो दोनों में क्या समानतायें हैं और क्या विषमतायें हैं ?

योगानन्द, विषयानन्द और पुरुषोत्तम संगमयुग

योग और योग का प्रयोग अर्थात् उपयोग

योगबल और योगबल से सन्तानोत्पत्ति

याद की यात्रा और अमृत-वेला

याद की यात्रा और सायंकाल का सन्धिकाल

योग और राग-द्वेष, भय-चिन्ता, दुख-अशानति, ईर्ष्या-घृणा

परमात्मा की याद और निर्विघ्न स्थिति एवं विघ्न-विनाशक स्थिति

परमात्मा की याद और दैनिक चार्ट

परमात्मा की याद और कुमार-कुमारी जीवन

परमात्मा की याद और गन्धर्वी विवाहित जीवन

परमात्मा की याद और गृहस्थी जीवन से ईश्वरीय जीवन

परमात्मा की याद और बहानेवाजी

याद और परमात्म-प्यार

परमात्मा की याद और परमात्मा की मदद

परमात्मा की याद और परमात्मा की मदद एवं परमात्मा के मददगार

याद से प्राप्तियाँ अर्थात् लाभ

योग और अतीन्द्रिय सुख

याद और स्वास्थ्य

याद और मानसिक स्वास्थ्य

याद और शारीरिक स्वास्थ्य

याद और ग्रन्थियों से रस-स्नाव

योग, बाप की याद और फुल-स्टॉप

परमात्मा की याद और सृष्टि-चक्र

सृष्टि-चक्र की याद और परमात्मा

सृष्टि-चक्र के ज्ञान से परमात्मा की याद का सम्बन्ध

याद और दैवी गुणों की धारणा

परमात्मा की याद और भारत-भूमि

याद के सम्बन्ध में ईश्वरीय महावाक्य

साकार बाबा के आदि के और बाद के महावाक्य

अव्यक्त बापदादा के पार्ट के आदि समय के महावाक्य

अव्यक्त बापदादा के पार्ट के वर्तमान समय के महावाक्य

प्रश्नोत्तर

Q. परमात्म सर्व आत्माओं का पिता है, वह सर्वात्माओं को वर्सा देता है, तो सर्वात्मायें उसे कब और कैसे याद करती हैं या करेंगी ?

Q. परमात्मा की याद क्यों अर्थात् याद की आवश्यकता क्या है ? याद कैसे और कब रहेगी ?

Q. परमात्मा की याद से आत्मा में शक्ति आती है या आत्मा में नीहित शक्ति जागृत होती है ?

Q. याद किसकी आती है, क्यों आती है और किसकी याद का क्या प्रभाव होता है ?

Q. यथार्थ याद की क्या पहचान है ?

Q. बाबा कहता योगी और प्रयोगी बनो, तो प्रयोगी का भाव-अर्थ क्या है ? बाबा का प्रयोगी से आशय Experiment से है या Utilisation से है ?

Q. प्रश्न, प्रश्नोत्तर और प्रश्नों से पार स्थिति क्या है और उनमें क्या अन्तर है ?

Q. बाबा ने कहा है - सन्यासी ब्रह्म घर को परमात्मा समझ याद करते हैं परन्तु घर को याद करने से पाप नहीं कटते। फिर हमको कहा है - तुम बाप के साथ शान्तिधाम को और सुखधाम को भी याद करो। तो क्या हम शान्तिधाम को याद करेंगे तो हमारे पाप कटेंगे, हमारी शान्तिधाम की याद और उनकी याद में क्या अन्तर है ?

Q. परमात्मा ने हमको चढ़ती कला में जाने के लिए क्या विषय-वस्तु याद के लिए दी है ?

Q. बाबा ने हमको अभी सत्य ज्ञान दिया है, इस ज्ञान को पाकर हमारा कर्तव्य क्या है ?

Q. देह और देह की दुनिया को भूलने से परमात्मा की याद रहेगी या परमात्मा की याद से देह और देह की दुनिया भूलेगी ?

Q. क्या अपने बिन्दुरूप में स्थित होना या देही-अभिमानि स्थिति में स्थित रहना योग है ? यदि है तो कैसे और यदि नहीं तो योग के लिए क्या और पुरुषार्थ करना आवश्यक है ? क्या बिन्दुरूप में स्थित रहने से विकर्म विनाश होंगे ?

Q. चाहते हुए भी परमात्मा की और अपने आत्मिक स्वरूप की याद क्यों नहीं रहती है ?

याद अर्थात् योग

आत्मा के परमधाम से इस धरा पर आते ही याद की प्रक्रिया आरम्भ हो जाती है, जो आत्मा के परमधाम वापस जाने के समय तक सतत चलती रहती है। आत्मा जब से इस धरा पर आकर देह में प्रवेश करती है तो उसी समय से ही देह की याद या आकर्षण आरम्भ हो जाता है, फिर जन्म लेती है, देहधारी माँ-बाप और सम्बन्धों की याद आरम्भ होती है और फिर अन्य वस्तु-व्यक्तियों की याद बढ़ती जाती है और आत्मा याद के जाल में फँसती जाती है। देह और देहधारी माँ-बाप की याद के आकर्षण से ही आत्मा परमधाम से नीचे आती है। फिर अन्त समय परमधाम जाते समय आत्माओं के पिता परमात्मा की श्रीमत से इस भौतिक जगत की सर्व वस्तु और व्यक्तियों की यादों से अपनी बुद्धि को समेटकर एक परमात्मा की याद और परमधाम घर की याद में स्थित होने के पुरुषार्थ से देह और देह की दुनिया के सर्व वस्तु और व्यक्तियों की याद भुलाती है और परमात्मा के आकर्षण से, उनकी याद के साथ आत्मा परमधाम वापस जाती है। अन्त में देह की याद ही आत्मा को भुलाने की मेहनत करनी पड़ती है।

याद और याद की यात्रा

बाबा ने इस याद को यात्रा की संज्ञा दी है और बताया है कि इस याद की यात्रा के यादगार रूप में ही भक्ति मार्ग में तीर्थ यात्राओं का विधि-विधान बनाये गये हैं। बाबा ने अभी किन-किन स्थानों की यात्रा सिखलाई है अर्थात् किन-किन स्थानों की और कैसे यात्रा करने के लिए कहा है। बाबा ने ये भी बताया है कि भक्ति मार्ग में यात्रा करते हैं तो क्या विधि-विधान अपनाते हैं। जैसे यात्रा में पवित्र रहते हैं, कभी पीछे मुड़कर नहीं देखते हैं, सदा जिस यात्रा पर जा रहे हैं, उसको ही याद करते हैं, खान-पान की शुद्धि रखते हैं। बाबा ने कहा है -

1. एक सेकण्ड में निराकारी, सेकण्ड में आकारी और सेकेण्ड में साकारी वतन की यात्रा करते रहो।
2. तुम परमधाम को भी याद करो, सुखधाम को भी याद करो।
3. बाबा ने मधुबन के चार धाम बताये हैं, उनकी यात्रा करने के लिए भी कहा है। इनकी यादगार में ही भक्ति मार्ग में चार धाम बनाये गये हैं।
4. बाबा ने अपने सारे कल्प के पाँच स्वरूपों अर्थात् निराकारी, देवता, पूज्य, ब्राह्मण और फरिश्ता स्वरूप की यात्रा करने के लिए कहा है।

5. बाबा ने कहा है कहीं भी रहते हो, तो एक सेकण्ड के लिए मधुबन में चले आओ और बाबा से मिलन मनाओ, मिलन को याद करो।

6. बाबा ने कहा है - कभी शिवबाबा को ब्रह्मा तन में याद करो क्योंकि इस तन में बाबा आया हुआ है और इस तन से ज्ञान दे रहा है, कभी परमधाम में करो क्योंकि वह स्थाई रूप से परमधाम में रहते हैं।

यात्रा पर ले जाने वाले पण्डे होते हैं। यात्रियों और पण्डों में अन्तर होता है। यहां पण्डे भी यात्रा कर रहे हैं।

Q. क्या परमात्मा को बिना याद किये, अपने आत्मिक स्वरूप को याद कर आत्मा पावन बन सकती है, सम्पूर्ण प्राप्तियों को कर सकती है? परमात्मा को विशेष रूप से याद करना आवश्यक क्यों?

नहीं, यदि बिना परमात्मा की याद के आत्मा पावन बन सकती और सर्व प्राप्तियों को अनुभव कर सकती, तो आत्मा पतित ही क्यों बनती? सन्यासी आदि अन्य अनेकानेक त्यागी-तपस्वियों, साधकों ने इसके लिए पुरुषार्थ तो किया परन्तु पुरुषार्थ करने के बाद भी उनका व्यक्तिगत और समग्र विश्व का पतन ही हुआ और उन्होने भी जाने-अन्जाने पावन बनने के लिए, सच्ची सुख-शान्ति की प्राप्ति के लिए परमात्मा को ही याद किया। इसलिए परमात्मा को विशेष रूप से याद करना अति आवश्यक है। आत्मिक स्वरूप का ज्ञान, विश्व-नाटक का ज्ञान, परमधाम आदि का यथार्थ ज्ञान भी परमात्मा ने ब्रह्मा तन में आकर ही दिया, जिससे हमने अपने सत्य आत्मिक स्वरूप को जाना। परमात्मा एक होते हुए भी बाप रूप से याद करने से वर्सा याद आता है, सारी सृष्टि का बीजरूप होने से विश्व-कल्याण की सेवा का कर्तव्य याद आता है और होता है, परिवार के नाते वर्तमान में प्यार जुटता है, जो भविष्य सम्बन्धों का आधार बनता है। परमात्मा को टीचर रूप से याद करने से पढ़ाई याद रहती है क्योंकि जब तक हम इस देह में हैं तब तक हमारी पढ़ाई सम्पन्न नहीं हुई है, इसलिए हमको अभी अनेकानेक नई-नई बातें जाननी है, जो बाबा बता रहा है। सतगुरु के रूप में याद करने से मुक्ति-जीवनमुक्ति याद रहती है, उसके लिए उनकी श्रीमत याद रहती है।

परमात्मा ने हमको याद की यात्रा सिखलाई है और इस को सफल बनाने के लिए सदा प्रेरणा देते रहते हैं, श्रीमत देते हैं परन्तु वह याद सफल हो, उसके सम्बन्ध में कुछ प्रश्न हैं, जिनका उत्तर याद की सफलता के लिए अति आवश्यक है

Q. यथार्थ याद क्या है और हमको क्या याद करना है?

परमात्मा ने हमको जो ज्ञान दिया है, वह इस याद की यात्रा की सफलता के लिए अति आवश्यक है, इसलिए ही परमात्मा ने हमको यह सारा ज्ञान दिया है अर्थात् वह सारा ज्ञान हमारी बुद्धि में याद रहेगा तब ही जीवन में सच्ची सफलता का अनुभव होगा परन्तु कैसे याद रहे - यह भी एक प्रश्न है। बाप समान बनना है तो जैसे परमात्मा की बुद्धि में ज्ञान सदा रहता है और आवश्यकतानुसार इमर्ज होता है, वैसे ही हमारी बुद्धि में रहे, उसके लिए हमको अभीष्ट पुरुषार्थ करना है।

Q. परमात्मा ने हमको यह आत्मा, परमात्मा, सृष्टि-चक्र, सृष्टि-चक्र के विधि-विधानों, कर्म की गहन गति आदि सारा ज्ञान क्यों दिया है अर्थात् एक परमात्मा की याद से ही जीवन की सफलता सम्भव है तो परमात्मा ने यह सारा ज्ञान क्यों दिया है ?

Q. क्या परमात्मा की बुद्धि में यह सारा ज्ञान सदा रहता है ? यदि रहता है तो कैसे और यदि नहीं रहता है तो क्या होता है अर्थात् वह कैसे देता है ?

परमात्मा की बुद्धि में यह सारा ज्ञान इमर्ज नहीं रहता है परन्तु वह सदा पावन है और पावन आत्मा की बुद्धि में आवश्यकता अनुसार ज्ञान अवश्य इमर्ज होता है। पवित्र आत्मा की बुद्धि में भी यह ज्ञान इमर्ज होगा, उसके लिए उसको याद रखने की आवश्यकता नहीं है परन्तु उस सारे ज्ञान की पूरी समझ, उसका अनुभव और उस पर पूर्ण निश्चय चाहिए तथा मन-बुद्धि की पवित्रता और एकाग्रता चाहिए।

Q. याद करने या रहने, समझने, अनुभव करने और उस पर निश्चय होने में क्या अन्तर है ? बाबा ने कहा एक छोटा बच्चा भी ज्ञान की बातों को याद करके सुना सकता है परन्तु उनके अनुभव की बात अलग है। छोटे बच्चे को बता देते कि आत्मा भृकुटी में है, परमात्मा ऊपर है और उससे पूछो आत्मा कहाँ है, परमात्मा कहाँ है तो वह भी बतायेगा परन्तु क्या उसको उसका अनुभव है, उस पर निश्चय है - यह विचारणीय विषय है।

Q. हमारी याद कैसी हो अर्थात् हमको क्या रखना और वह याद कैसे रहे ?

याद का विधि-विधान और सिद्धान्त

विश्व-नाटक में याद का क्या विधि-विधान है और परमात्मा की याद कैसे हमारी बुद्धि में स्थिर हो, उसका याद के विधि-विधान से क्या सम्बन्ध है, उसको जानना भी आवश्यक है।

* आत्मा जब से इस विश्व रंगमंच पर परमधाम से आती है और जब तक रहती है, तब तक उसकी बुद्धि में किसी न किसी की याद अवश्य रहती है, जिस याद के आधार पर ही आत्मा

का पार्ट चलता है।

* राग-द्वेष, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति, ईर्ष्या-घृणा, इच्छा-आकांक्षा के वशीभूत आत्मा को वस्तु और व्यक्तियों की याद आती ही है, जो आत्मिक शक्ति का हास करती है और आत्मा को पतित बनाती है।

* भौतिक वस्तु और व्यक्तियों की याद आत्मिक शक्ति का हास करती है। एक परमात्मा की याद ही आत्मिक शक्ति का विकास करती है। याद के द्वारा आत्मिक शक्ति का हास सतयुग से ही आरम्भ हो जाता है, जब आत्मा देह में आती है।

* विकारों के वशीभूत वस्तु या व्यक्तियों की याद से आत्मिक शक्ति का तीव्रता से हास होता है, आत्मा पर पापों का बोझ चढ़ता है अर्थात् आत्मा पतित बनती है। परमात्मा की याद से आत्मा पावन बनती है। ये पतित से पावन बनने की प्रक्रिया संगमयुग पर ही चलती है, जब परमात्मा यथार्थ ज्ञान देते हैं और याद का विधि-विधान बताते हैं।

* आत्मा जिसको याद करती है, उसके गुण-धर्मों का प्रभाव आत्मा पर अवश्य पड़ता है अर्थात् उस अनुरूप गुण-धर्म आत्मा में आते हैं। जड़ पदार्थों को याद करने से जड़ता आती है, अच्छे व्यक्तियों के संग से उनकी याद आती है और जीवन में अच्छाई आती है, बुरे व्यक्तियों के संग अर्थात् उनकी याद से बुराई आती है। परमात्मा की याद से ईश्वरीय गुण-धर्म आते हैं और आत्मा उस अनुरूप कर्तव्य करने में समर्थ होती है।

* याद से याद मिलती है अर्थात् जिसको याद करते हैं, उसको याद पहुँचती है और उसको भी आकर्षण होती है याद करने वाले की। याद का ये सिद्धान्त लौकिक में भी और अलौकिक में भी काम करता है। परमात्मा को याद करेंगे तो परमात्मा की याद हमको अवश्य मिलेगी। अगर किसी व्यक्ति की याद होगी तो उससे याद मिलेगी, जिससे परमात्मा की याद भूल जायेगी।

* याद से याद के अनुरूप वायब्रेशन पैदा होता है, जो वातावरण में फैलता है और अन्य आत्माओं को भी प्रभावित करता है।

* याद से जो वायब्रेशन प्रसारित होता है, वह जड़-जंगम-चेतन तीनों को प्रभावित करता है।

* परमात्मा की याद से आत्मा के विकर्मों का खाता भस्म होता है और आत्मा पावन बनती है, इसलिए विशेष पुरुषार्थ है ही परमात्मा की याद का। परमात्मा ने ज्ञान भी याद के लिए ही दिया है, जिससे आत्मा की अन्य वस्तु और व्यक्तियों से याद निकल कर, परमात्मा की याद स्थिर हो।

* लाइन क्लियर होगी तो समय पर आवश्यक बात और व्यक्ति की याद स्वतः आती है

परन्तु लाइन क्लियर तब होगी जब बुद्धि में कोई व्यर्थ याद नहीं होगी, कोई चिन्ता नहीं, कोई चिन्तन नहीं।

* जब आत्मा देह और दैहिक दुनिया के याद के बन्धन से मुक्त अपने स्वतन्त्र आत्मिक स्वरूप में स्थित होती है तो परमात्मा की याद स्वतः आती है क्योंकि आत्मा का मूलाधार परमात्मा है। जैसे आग कहीं भी जलायें तो उसकी लौ ऊपर अर्थात् सूर्य की तरफ ही जायेगी क्योंकि आग का मूलाधार सूर्य है, पानी को कहीं भी छोड़ें तो वह नीचे अर्थात् सागर की तरफ ही जायेगा क्योंकि उसका मूलाधार सागर है।

* योग अर्थात् याद का ज्ञान, उसके विधि-विधान का राज भी बाप ही बताते हैं, जिसको जानकर ही हम योग का यथार्थ याद का अभ्यास कर सकते हैं और उसमें सफलता पा सकते हैं।

* खान-पान का भी याद पर प्रभाव पड़ता है, इसलिए गायन है - जैसा अन्न वैसा मन।

* आत्मा जो देखती, सुनती, पढ़ती, वह आत्मा की याद को प्रभावित करता है अर्थात् उसकी याद अवश्य आती है। इसलिए बाबा ने अश्लील चित्र आदि देखने और अश्लील या अनावश्यक साहित्य आदि को पढ़ने, समाचार आदि को सुनने के लिए मना की है।

* याद के अनुरूप ही आत्मा से वायब्रेशन्स प्रवाहित होते हैं, जो वातावरण का निर्माण करते हैं और वे अन्य आत्माओं की याद को भी प्रभावित करते हैं। इसके लिए बाबा ने कई बार कहा है कि क्लास में बैठकर या योग में बुद्धि बाहर नहीं भटकनी चाहिए अर्थात् बाहर के व्यक्तियों और वस्तुओं को याद नहीं करना है। करते हैं तो आत्मा पर पाप चढ़ता है क्योंकि उनका वायब्रेशन अन्य आत्माओं को भी प्रभावित करता है।

* जब आत्मा भौतिक वस्तुओं और व्यक्तियों की याद से मुक्त होकर शान्त स्थिति में स्थित होती है तो आत्मा को भूतकाल की विस्मृत स्मृतियाँ अर्थात् अनुभव याद आती हैं। इस याद के आधार पर ही बाबा जो हमको अभी यह गीता ज्ञान सुनाते हैं, उसकी कुछ स्मृति जागृत होती है, जिसके आधार पर ही द्वापर के बाद भक्ति मार्ग में गीता आदि लिखी गई।

* किसी घटना, किसी दृश्य, किसी बात, किसी व्यक्ति से प्राप्त सुख-दुख की महसूसता जितनी गहरी होगी, उसका प्रभाव अन्तःपटल पर उतना ही गहरा पड़ता है और उसकी याद उतना ही अधिक समय तक चलती है, दुख या सुख देती है। इसके लिए ही बाबा ने कहा है, तुम ड्रामा समझकर किसी बात को अधिक फील नहीं करो। बाबा ने ये भी कहा है - एक की याद सताती है, एक की याद आती है और एक की याद करनी पड़ती है। जैसे कोई घाव जितना गहरा होता है, उसको भरने में उतना ही अधिक समय लगता है, ऐसे ही इस याद का

हमारे अन्तःपटल पर प्रभाव होता है और वह याद आता है। परमात्मा की याद गहरी हो, उसके लिए उससे प्राप्त सुख के अनुभव को गहरा करना है।

* याद से उत्पन्न प्रकम्पन (वायब्रेशन्स) एक दिशा में भी प्रवाहित होते हैं और चारो दिशाओं में भी प्रवाहित होते हैं, जिनको परमात्मा ने सर्च-लाइट और लाइट-हाउस से सम्बन्धित किया है। परमात्मा की याद से हम याद के इन प्रकम्पनों से दूर बैठी आत्माओं की भी सेवा कर सकते हैं।

* ईश्वरीय सेवा में यदि हम परमात्मा की याद में रहकर आत्माओं की सेवा करते हैं, तो उसका प्रभाव अच्छा और अधिक होता है। इसलिए बाबा ने कहा है ज्ञान में याद का जौहर चाहिए।

* याद से गुणों और शक्तियों की धारणा होती है, इसलिए ही बाबा ने हम आत्माओं को अपने पाँच स्वरूपों की ड्रिल करने के लिए कहा है और तीन बिन्दियों को हर समय याद रखने के लिए कहा है। बाबा ने ये भी कहा है - बाप और घर की याद के साथ सतयुगी नई दुनिया को भी याद करना है क्योंकि घर जाकर फिर नई दुनिया में आना है। इसलिए बाबा बार-बार कहते हैं बाप और वर्से को याद करो क्योंकि नई दुनिया को याद करने से उस अनुसार गुण-संस्कार जागृत होंगे।

* आत्मा की जैसी याद होती है, उस अनुसार वृत्तियाँ पैदा होती हैं, जो देह के चारो ओर रहता है, वह आत्मा की सुरक्षा करता है। जब वह परमात्मा की याद से सरचार्ज होता है तो उसमें कोई बाहर का वायबेशन प्रवेश नहीं कर सकता है। ये वृत्तियाँ दूर तक प्रभाव डालती हैं। कोई शत्रु भी उसकी सीमा में आकर शत्रुता को भूल जाता है। ये वृत्ति और वायब्रेशन्स से जो वातावरण बनता है, वह नेगेटिव भी होता है तो पॉजेटिव भी होता है।

अव्यक्त बापदादा भी मुरली के बीच में और बाद में अपने बिन्दुरूप में स्थित होने का अभ्यास कराते हैं और कहते हैं - इस अभ्यास को बढ़ाते जाओ। काम करते-करते भी बीच-बीच में समय निकाल इस अभ्यास को करो तो कर्म में भी कुशलता आयेगी, कर्म श्रेष्ठ होगा।

परमात्माभिमानि बनना ही परमात्मा की याद है अर्थात् परमात्मा की याद ही परमात्माभिमानि बनना है। परमपिता परमात्मा की याद, घर की याद से आत्मा अशरीरी बनती है और अशरीरी बनने से परमपिता परमात्मा की याद, घर की याद सहज आती है। ये एक-दूसरे के पूरक हैं अर्थात् एक-दूसरे पर आधारित हैं।

“कोशिश कर अपने को आत्मा निश्चय करो तो बाप की याद भी रहेगी। देह में आने से फिर

देह के सब सम्बन्ध याद आयेंगे। यह भी एक लॉ है। ... किसकी रग टूटती नहीं है। पूछते हैं - बाबा यह क्या है! अरे, तुम नाम-रूप में क्यों फँसते हो। एक तो तुम देहाभिमानि बनते हो और दूसरा फिर तुम्हारा कोई पास्ट का हिसाब-किताब है, वह धोखा देता है।”

सा.बाबा 3.6.05 रिवा.

“अगर योग नहीं लगता तो अवश्य ही इन्द्रियों द्वारा अल्पकाल के सुख प्राप्त कराने वाले और सदाकाल की प्राप्ति से वंचित कराने वाले कोई न कोई भोग भोगने में लगे हुए हैं, इसलिए अपने निजी कार्य को भूले हुए हैं। जैसे आजकल के सम्पत्ति वाले वा कलियुगी राजायें जब भोग-विलास में व्यस्त हो जाते हैं तो अपना निजी कार्य राज्य करना वा अपना अधिकार भूल जाते हैं। ऐसे ही आत्मा भी भोग भोगने में व्यस्त होने के कारण योग भूल जाती है। .. जहाँ भोग है, वहाँ योग नहीं।”

अ.बापदादा 16.10.75

“कहेंगे हम तो शिवबाबा को ही याद करते थे परन्तु सचमुच याद में थे ? बिल्कुल साइलेन्स में रहने से फिर यह दुनिया भी भूल जाती है। अपने को ठगना नहीं है कि हम तो शिवबाबा की याद में हैं। याद में देह के सब धर्म भूल जाने चाहिए। हमको शिवबाबा कशिश कर सारी दुनिया भुलाते हैं। ... अपने को मियां मिट्टू समझ ठगी नहीं करना है।”

सा.बाबा 7.5.04 रिवा.

“अभी बाप कहते कोई भी विकार की बात इन कानों से न सुनो। ... बाप फरमान करते - मामेकम् याद करो। किसी देहधारी को याद नहीं करना है। मम्मा-बाबा भी देहधारी हैं ना। मैं तो विदेही हूँ, इसमें बैठ तुमको ज्ञान देता हूँ।”

सा.बाबा 11.10.05 रिवा.

“पहले-पहले तुम यह समझाओ कि ऊंच से ऊंच भगवान एक है, याद भी उनको करना चाहिए। ... भल देवतायें भी मनुष्य हैं परन्तु वे हैं दैवी गुणों वाले, इस समय सब मनुष्य हैं आसुरी गुणों वाले। सतयुग में काम महाशत्रु होता नहीं। ... उसके लिए एक ही दवाई मिलती है - बाप कहते हैं - अपने को आत्मा समझ मुझ बाप को याद करो तो जन्म-जन्मान्तर के पाप भस्म हो जायेंगे।”

सा.बाबा 7.12.05 रिवा.

“आप भी जितना अण्डरग्राउण्ड अर्थात् अन्तर्मुखी रहेंगे, उतना ही नई-नई इन्वेन्शन वा योजनायें निकाल सकेंगे। अण्डरग्राउण्ड रहने से एक तो वायुमण्डल से बचाव हो जायेगा, दूसरा एकान्त प्राप्त होने के कारण मनन शक्ति भी बढ़ती है और तीसरा कोई भी माया के विघ्नों से सेफ्टी का साधन बन जाता है।”

अ.बापदादा 24.6.71

“हर एक अपने आपको चेक करो कि सदा दिल के स्नेह का अनुभवी हूँ वा बीच में कोई स्नेह

में लीकेज तो नहीं है ? अगर कोई भी आत्मा की तरफ प्रभावित हैं, चाहे उनकी विशेषता पर, चाहे किसी विशेष गुण पर प्रभावित हैं तो परमात्म-प्यार के अन्दर अविनाशी के बदले लीकेज हो जाता है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“योगी वह है, जो अपनी दृष्टि से ही किसी को शान्त कर दे। ... एकदम सन्नाटा हो जायेगा। जब तुम अशरीरी बन जाते हो फिर बाप की याद में रहते हो तो यही सच्ची याद है।”

सा.बाबा 30.5.05 रिवा.

“तुमको नशा होना चाहिए गुप्त में बाप से हम वर्सा ले रहे हैं। कोई चित्र आदि को हम याद नहीं करते हैं। फोटो के लिए कहते हैं। मैं समझता हूँ पूरा ज्ञान नहीं उठाया है तब फोटो मांगते हैं। ... कोई भी चित्र को याद नहीं करना है। शिव बाबा का फरमान है मामेकम् याद करो। ...माँ की याद में शरीर छोड़ने से दुर्गति को पायेगे।”

सा.बाबा 17.7.72 रिवा.

याद अर्थात् योग का अर्थ

सारी दुनिया में और विशेष भारत में योग की बहुत महिमा है। आत्म-कल्याण के साधक अपने आत्म-कल्याण के लिए विभिन्न प्रकार से साधना करते हैं, जिनको विभिन्न योगों के नाम से जाना जाता है। जैसे ज्ञानयोग, भक्तियोग, सांख्ययोग, हठयोग, कर्मयोग आदि आदि। सब लोग योग सीखना चाहते हैं परन्तु वास्तविकता यह है कि लोग योग का अर्थ भी नहीं समझते हैं। पहले तो हम लोग भी नहीं समझते थे। हठयोग की क्रियाओं को ही योग समझते थे। अभी बाबा ने योग शब्द का यथार्थ आध्यात्मिक अर्थ बताया है और राजयोग और हठयोग का अन्तर समझाया है। आत्मा का परमात्मा से सम्बन्ध या उनकी स्नेहयुक्त याद ही योग है। एक परमात्मा की अव्यभिचारी याद ही यथार्थ योग है, जिससे आत्मा के जन्म-जन्मान्तर के पाप भस्म होते हैं और आत्मा पावन बनती है। परमात्मा जो योग सिखाते हैं, उसको राजयोग कहा जाता है।

याद ही आत्मा के उत्थान का अर्थात् पतित से पावन बनने का आधार है और याद ही आत्मा के पतन का मूल कारण है। सतयुग से लेकर कलियुग के अन्त तक आत्मा की मन-बुद्धि किसी न किसी भौतिक वस्तु या व्यक्ति की याद में ही रहती है, जिससे आत्मा की शक्ति का निरन्तर हास होता रहता है और अन्त में नाममात्र की शक्ति रह जाती है। आत्मिक शक्ति के हास के कारण ही द्वापर से आत्मा देहाभिमान के वशीभूत हो जाती है और देहाभिमान के कारण अनेक विकर्मों में प्रवृत्त होकर विकर्म करके दुख-अशान्ति को प्राप्त होती है। भक्ति मार्ग में दुख-अशान्ति से मुक्त होने के लिए परमात्मा को जाने-अनजाने याद

करती है परन्तु यथार्थ याद न होने के कारण पतित ही बनती जाती है। कलियुग के अन्त में पतित-पावन ज्ञान-सागर परमात्मा आकर यथार्थ ज्ञान देते हैं, तब आत्मा उनकी याद से पावन बनती है। आत्मा के पावन बनने का एकमात्र आधार परमात्मा की याद ही है। यह याद स्थिर रहे, उसके लिए परमात्मा ने अनेकानेक विधि-विधान, उपाय, नियम-संयम बताये हैं, जिनको यथार्थ रीति अपनाने से ही याद सफल होती है और आत्मा पावन बनकर परम सुख-शान्ति अर्थात् मुक्ति-जीवनमुक्ति का परम सुख अनुभव करती है।

“स्थूल सर्विस का भी इजाफा तो जरूर मिलता है। ... सब सब्जेक्ट नम्बरवार हैं। पहले नम्बर की सब्जेक्ट है याद की, पीछे है पढ़ाई। बाकी सब गुप्त है। इस ड्रामा को भी समझना पड़ता है।”

सा.बाबा 8.11.08 रिवा.

“जितना स्मृति श्रेष्ठ होगी, उतना मन्सा के संकल्प भी शक्तिशाली होंगे और जब संकल्प शक्तिशाली होंगे तो कर्म भी शक्तिशाली होंगे। एक संकल्प भी व्यर्थ व वीक न हो, इतना ध्यान रखना है।”

अ.बापदादा 5.3.70 पार्टी

याद और योग में अन्तर

योग में याद समाई हुई होती है अर्थात् योग भी याद है परन्तु हर याद योग नहीं है क्योंकि योग शब्द का प्रयोग किसी न किसी रूप में परमात्मा की याद के लिए ही किया जाता है, जिसमें आत्मा का अपने आत्म-कल्याण का लक्ष्य होता है। भले ही उसमें कोई हठ क्रियायें भी हो सकती हैं परन्तु उसको करने वालों की बुद्धि में जाने-अनजाने अपने आत्म-कल्याणार्थ परमात्मा की याद का लक्ष्य रहता ही है। चाहे वह भक्ति-योग हो, हठयोग हो, राजयोग हो, कर्मयोग हो ... सब में लक्ष्य परमात्मा की याद और आत्म कल्याण का ही होता है। याद के विषय में विचार करें तो सतयुग से लेकर कलियुग तक आत्मा को किसी न किसी वस्तु या व्यक्ति की याद रहती ही है, जो याद ही उसकी उतरती कला का निमित्त कारण बनती है। सतयुग में भी जिन वस्तुओं को हम प्रयोग करते हैं, जिन व्यक्तियों के साथ रहते हैं, सम्बन्ध-सम्पर्क में आते हैं, उनकी याद किसी न किसी प्रकार रहती ही है और रहती ही होगी। द्वापर-कलियुग में देहाभिमान के कारण विकारों की प्रवेशता हो जाती है, तो आत्मा की याद उन विकारों के आधार पर होती है।

Q. राजयोग का याद से क्या सम्बन्ध है?

राजयोग अर्थात् परमपिता परमात्मा की स्नेहयुक्त याद

बाबा ने अभी हमको आत्मा की व्यक्तिगत रूप में और समग्र विश्व की चढ़ती कला और उतरती कला का ज्ञान दिया है और बताया है - किसी देहधारी व्यक्ति या वस्तु की याद से आत्मा की उतरती कला ही होती है। इस सत्य का ज्ञान शिवबाबा ने ब्रह्मा बाबा के साकार तन में आकर दिया है, फिर भी शिवबाबा ने कहा है - शिवबाबा की याद के बिना ब्रह्मा को भी याद करने से चढ़ती कला नहीं हो सकती है अर्थात् पावन नहीं बन सकते, और ही पतित बनेंगे अर्थात् उतरती कला ही होगी।

बाबा ने कहा है योग अक्षर भक्ति मार्ग का है, इसलिए योग न कहकर इसे याद कहो क्योंकि इसमें देह और देह की दुनिया को भूलकर परमात्मा को याद करना है, जिस याद से ही आत्मा का पापों का बोझा खत्म होगा, आत्मिक शक्ति का विकास होगा, जिससे आत्मा श्रेष्ठ कर्म करने में समर्थ होगी। परमात्मा की याद से श्रेष्ठ कर्मों का ज्ञान होगा और आत्मिक शक्ति भी होगी, जिससे कर्म श्रेष्ठ होंगे और जीवन सुखमय होगा।

“चित्र के साथ विचित्र भी याद आया? ... विचित्र के साथ चित्र को याद करने से खुद भी चरित्रवान बन जायेंगे। अगर सिर्फ चित्र को और चरित्र को याद करेंगे तो चरित्र की ही याद रहेगी। इसलिए विचित्र के साथ चित्र और चरित्र याद आये।”

अ.बापदादा 18.1.70

आत्मा परमात्मा की वंशधर अर्थात् आत्मा और परमात्मा एक ही वंश के हैं और एक ही घर के रहने वाले हैं, इसलिए आत्मा का परमात्मा से अविनाशी सम्बन्ध है और आत्मा में भी परमात्मा के समान गुण और शक्तियाँ हैं। परमात्मा सच्चिदानन्द स्वरूप है और आत्मा भी अपने मूल स्वरूप में सच्चिदानन्द स्वरूप है परन्तु आत्मा जन्म-मरण के चक्र में आने के कारण और प्रकृति के सम्पर्क में आने के कारण अपने गुणों और शक्तियों को भूलने के कारण देहाभिमान के वश हो जाती है। फिर परमात्मा आकर आत्मा को अपने विस्मृत गुण-धर्मों का ज्ञान देते हैं, आत्मा को परमात्मा के सम्बन्ध की स्मृति दिलाते हैं, जिससे आत्मा का परमात्मा से सम्बन्ध जुटता है, जिससे आत्मा उनको याद करती है। परमात्मा की उस स्नेहयुक्त स्मृति को ही योग कहा जाता है, जिससे आत्मा की शक्ति का विकास होता है। वास्तव में आत्मा का देह, भौतिक पदार्थों, आत्माओं का आत्माओं के साथ सम्बन्ध भी योग ही है परन्तु उस सबसे आत्मिक शक्ति का हास होता है, इसलिए उसको योग नहीं कहा जाता है, उसको वियोग कहा जाता है।

Q. यथार्थ योग क्या है, हमारा योग यथार्थ है अर्थात् परमात्मा की याद सही है, उसकी परख

क्या है ?

देह सहित देह के सर्व धर्म भूल अपने को आत्मा समझ एक बाप को याद करना ही यथार्थ योग है। देह सहित देह के सर्व धर्म भूल जायें और अपने मूल स्वरूप अर्थात् बिन्दुरूप आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर एक बिन्दुरूप परमात्मा की ही याद रहे और कुछ भी याद न आये अर्थात् अपने मूल स्वरूप अर्थात् आत्मिक स्वरूप में स्थित हो बिन्दु-रूप बाप की परमधाम में याद ही यथार्थ योग है, जिससे आत्मा के पाप कटते हैं। उसके बाद किसी भी रूप से परमात्मा की याद करना भी योग ही है परन्तु स्थिति नम्बरवार हो जाती है, उस अनुसार ही उसका प्रभाव होता है अर्थात् पाप कटते हैं और आत्मिक शक्ति का विकास अपेक्षाकृत कम होता है। एक परमपिता परमात्मा की अव्यभिचारी याद ही यथार्थ योग है। विचार करो - हमारी अव्यभिचारी याद कहाँ तक है ?

एक परमात्मा ही पतित-पावन है और पावन बनना हर आत्मा के जीवन का अभीष्ट लक्ष्य है, जिसके लिए हर आत्मा प्रयत्नशील रहती है, भले ही हर योनि की आत्माओं के पुरुषार्थ के विधि-विधान अपने-अपने हैं। अभी हम परमात्मा के पास आये हैं, उनके बने हैं, इसलिए परमात्मा ने हमको पावन बनने के लिए एक बाप को ही याद करने की श्रीमत दी है, जिसको अव्यभिचारी याद कहा जाता है। एक बाप के सिवाए किसी भी अन्य व्यक्ति या वस्तु को याद करना व्यभिचारीपना है और व्यभिचारी कब भी बाप की बलिस को पा नहीं सकता, उसकी मदद का अनुभव कर नहीं सकता, पावन नहीं बन सकता। बल्कि वह दिनोदिन पतित ही बनेगा।

“श्रीमत मिलती है - मामेकम् याद करो। कोई-कोई को तो अभी तक भी समझ में नहीं आता कि हम याद कैसे करें। ... जब अपने को आत्मा बिन्दी समझें तब बिन्दुरूप बाप की याद आये।”

सा.बाबा 14.9.05 रिवा.

अब हमारी अव्यभिचारी याद कैसे रहे, उसके लिए भी बाबा ने श्रीमत दी है और अनेक प्रकार विधि-विधान, उदाहरण बताये हैं, जिससे हम याद की यथार्थता को समझ सकें और उस अनुसार याद करके अपनी स्थिति को जमा सकें। याद में क्या-क्या बातें सहयोगी हैं और क्या-क्या बातें बाधक हैं, विघ्नरूप हैं, उनके विषय में भी ज्ञान दिया है और उनसे बचने के लिए भी श्रीमत दी है। हमारी याद कहाँ-कहाँ जाती है और क्यों जाती है, उसका कारण और निवारण के लिए भी श्रीमत दी है।

“देही-अभिमानी बनो, नहीं तो पुराने सम्बन्धी याद पड़ते रहेंगे। छोड़ा भी है फिर भी बुद्धि जाती रहती है। नष्टोमोहा हैं नहीं, इसको व्यभिचारी याद कहा जाता है। वे सद्गति को पा न सकें

क्योंकि दुर्गति वालों को याद करते रहते हैं।”

सा.बाबा 18.3.71 रिवा.

“कोई-कोई को मोह का कीड़ा होने के कारण फिर धारणा नहीं होती। तुम गाते हो ‘और संग तोड़ आप संग जोड़ेंगे’, बाप कहते हैं मुझे याद करो तो अन्त मते सो गति हो जायेगी। ये बातें बुद्धि में क्यों नहीं बैठती। देहाभिमान बहुत है इसलिए धारणा नहीं होती।”

सा.बाबा 25.4.71 रिवा.

“जो जैसा कर्म करते हैं वह भोगते हैं। ड्रामा में नूँध है। बाबा यह भी समझाते हैं कपड़े आदि कुछ भी चाहिए तो शिवबाबा के यज्ञ से लो। और कोई से लेंगे तो वह याद आयेगा, तुम्हारा नुकसान हो जायेगा। इसमें लाइन बहुत क्लीयर होनी चाहिए क्योंकि अभी हम वापस जा रहे हैं। ऐसा न हो कहीं दिल लग जाये और तकदीर बिगड़ जाये।”

सा.बाबा 14.12.69 रिवा.

“इसमें चित्र आदि की कोई दरकार नहीं है। हमको कोई चित्र आदि याद नहीं करना है। अन्त में सिर्फ यह याद रहेगा कि हम आत्मा हैं, मूलवतन की रहने वाली हैं, यहाँ हमारा पार्ट है। ... ये चित्र आदि सब हैं भक्ति मार्ग की चीजें।”

सा.बाबा 14.7.05 रिवा.

“पहला पाठ ही पालिश है, उसकी बहुत आवश्यकता है। सारे दिन में यह आत्मिक दृष्टि, स्मृति कितना रहती है। इस स्थिति की परख अपनी सर्विस की रिजल्ट से भी देख सकते हो। ... सभी से छोटा रूप बाप है और आप सभी का भी है। जीरो को याद करेंगे तो हीरो बनेंगे।”

अ.बापदादा 19.7.69

“आत्माभिमानि होंगे तो बाप की याद आयेगी। अगर देहाभिमानि होंगे तो लौकिक सम्बन्धी याद आयेंगे। ... अभी संगमयुग पर ही तुम बच्चों को आत्माभिमानि बनाया जाता है।”

सा.बाबा 6.6.05 रिवा.

“शिवबाबा तुम बच्चों को याद करते हैं, ब्रह्मा बाबा याद नहीं करते हैं। शिवबाबा जानते हैं हमारे सपूत बच्चे कौन-कौन हैं। बाप सर्विसएबुल सपूत बच्चों को याद करते हैं। यह थोड़ेही किसको याद करेंगे। इनकी आत्मा को तो डायरेक्शन मिला है - मामेकम् याद करो।”

सा.बाबा 14.4.06 रिवा.

“बाप कहते हैं - मुझे याद करो और घर को भी याद करो। ... मुझे भी घर में याद करो। यहाँ तो मैं टेम्प्रेरी आता हूँ। तुम्हारी बुद्धि शान्तिधाम में टिकनी चाहिए। ... अपने घर को भी नहीं भूलो, बाप को भी नहीं भूलो। बाप को याद करने से ही पवित्र बन घर चले जायेंगे।”

सा.बाबा 26.7.06 रिवा.

जब परमात्मा की याद सही होगी तो -

आत्मा सम्पूर्णता-सम्पन्नता-सन्तुष्टता-प्रसन्नता का अनुभव करेगी,

आत्मा परम शान्ति और परम सुख का अनुभव करेगी,

आत्मा सहज अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जायेगी,

आत्मा का सर्वात्माओं के प्रति स्नेह होगा और सर्वात्माओं का उसके प्रति स्नेह होगा,

परमात्मा की याद होगी तो ब्रह्मचर्य की सहज धारणा होगी,

उसकी बुद्धि में सृष्टि-चक्र का ज्ञान सदा ही इमर्ज रूप में रहेगा,

यह याद का खेल चक्रवत् है अर्थात् आत्मिक स्वरूप में स्थित होंगे तो परमात्मा की याद

अवश्य आयेगी और जब परमात्मा की याद होगी तो आत्मा देही-अभिमानि बनेंगी अर्थात्

अपने आत्मिक स्वरूप में सहज स्थित होगी।

परमात्मा की याद और पवित्रता / परमात्मा की याद और ब्रह्मचर्य व्रत /

परमात्मा की याद और पवित्रता का सम्बन्ध

Q. परमात्मा की याद और पवित्रता में क्या सम्बन्ध है? पवित्रता की धारणा क्या है, पवित्रता और ब्रह्मचर्य में क्या सम्बन्ध है? पवित्रता का आधार ब्रह्मचर्य है या ब्रह्मचर्य का आधार पवित्रता है?

पवित्रता आत्मा का मूल स्वरूप है, पवित्रता जीवन का लक्ष्य है परन्तु पवित्रता सिर्फ ब्रह्मचर्य अर्थात् विषय-भोग न करने को ही नहीं कहा जाता है। ब्रह्मचर्य अर्थात् विकार में न जाना पवित्रता का एक अंशमात्र है। बाबा ने कहा भी है - एक बच्चा विकार में नहीं जाता है परन्तु उसको पवित्र नहीं कहा जा सकता, ऐसे ही एक विधवा विकार में नहीं जाती है परन्तु उसको पवित्र नहीं कहा जा सकता, सन्यासी भी विकार में नहीं जाते परन्तु उनको भी यथार्थ रीति में पवित्र नहीं कहा जा सकता है। विकार में न जाना अर्थात् ब्रह्मचर्य पवित्रता की आधारशिला है। ब्रह्मचर्य हमारे स्नेह को परमात्मा के साथ स्थिर करता है, हमारे योग को सिद्ध करता है। विकार में न जाने वाला अर्थात् ब्रह्मचर्य की धारणा वाला योगी हो, यह सदा सम्भव नहीं है परन्तु योगी की अवश्य ही ब्रह्मचर्य की धारणा होगी। पवित्रता आत्मा की सम्पूर्ण स्थिति है। सम्पूर्ण देही-अभिमानि स्थिति ही पवित्रता है। सभी आत्मायें पवित्र होकर ही घर परमधाम जाती हैं परन्तु जो परमात्मा की याद से पावन बनती हैं, वे संगमयुग का परमसुख अनुभव करती हैं और भविष्य नई दुनिया में श्रेष्ठ पद पाती हैं। परमात्मा की अव्यभिचारी याद ही सम्पूर्ण पवित्रता का पुरुषार्थ है।

बहुत से भाई बहनों को देखा जाता है कि वे ज्ञान में आने के बाद वैवाहिक सम्बन्ध बना लेते हैं और कहते हैं कि हम विकार में नहीं जाते हैं परन्तु क्या उनको पवित्रता की दिशा में यथार्थ कदम कहेंगे। या कई भाई-बहनों की आपसी निकटता बढ़ जाती है और कहते हैं हमारी ऐसी दृष्टि-वृत्ति नहीं है परन्तु क्या उसको पवित्रता की दिशा में यथार्थ कदम कहेंगे ? क्या उनको यथार्थ रीति परमात्मा की याद ठहर सकती है ?

वास्तविकता ये है कि स्त्री-पुरुष के साथ में रहते ब्रह्मचर्य की पालना की श्रीमत् तो उनके लिए दी है, जो पहले से ही शादी किये हुए हैं, विकार में गये हुए हैं। कुमार-कुमारी जीवन में बाबा को पहचान कर शादी करना या परस्पर ऐसे सम्बन्ध बनाकर कहना कि हम तो पवित्र रहते हैं, हमारी विकार की दृष्टि नहीं है, यह अपने को धोखा देना है। उनका योग कभी सिद्ध नहीं हो सकता अर्थात् उनको परमात्मा की अव्यभिचारी याद से मिलने वाला यथार्थ सुख अनुभव नहीं हो सकता है। योग की सिद्धि अर्थात् परमात्मा की अव्यभिचारी याद के लिए आत्मा को स्वतन्त्रता चाहिए और स्वतन्त्र आत्मा को परमात्मा की याद स्वतः आती है।

ब्रह्मचर्य की धारणा से ही परमात्मा की याद स्थिर होती है और परमात्मा की याद से आत्मा पवित्रता अर्थात् सम्पूर्णता-सम्पन्नता को प्राप्त करती है।

Q. यथार्थ पवित्रता क्या है ?

यथार्थ पवित्रता है पूर्ण देही-अभिमानि स्थिति। ब्रह्मचर्य इस ब्राह्मण जीवन का अर्थात् इस पुरुषार्थी जीवन का मूलाधार है और पवित्रता का प्रथम कदम है, आधार है। जैसे आधार के बिना भवन नहीं बन सकता वैसे ही ब्रह्मचर्य के बिना सम्पूर्ण पवित्रता हो नहीं सकती। बाबा ने कहा है - ब्रह्मचर्य केवल काम विकार को छोड़ना ही नहीं लेकिन ब्रह्मचर्य अर्थात् ब्रह्माचारी अर्थात् ब्रह्म में स्थित आत्माओं के समान पवित्र स्थिति। आत्मा के पतित और पावन होने में काम-विकार की मूल भूमिका है, उसके आधार पर ही आत्मा को पतित या पावन कहा जाता है।

“पवित्रता आत्मा की सुख-शान्ति का मुख्य आधार है। पवित्र आत्मा को कब दुख-अशान्ति हो नहीं सकती। मुख्य बात है पवित्रता की। ... बाप कहते हैं - काम महाशत्रु है, इस पर जीत पहनो। इस पर जीत पाने से ही तुम पवित्र बनेंगे। ... जब आत्मा सम्पूर्ण बन जायेगी तो फिर यह पतित शरीर नहीं रहेगा। फिर जाकर पावन शरीर लेंगे।”

सा.बाबा 11.10.04 रिवा.

“मूल बात है पतितों को पावन बनाने की। वैसे दुनिया में पावन तो बहुत होते हैं। सन्यासी भी पवित्र रहते हैं। ... वे कोई दुनिया को पवित्रता की मदद नहीं दे सकते हैं। मदद तब हो जब

श्रीमत पर पावन बनें और दुनिया को पावन बनायें। ... शिवबाबा की याद बिगर हम सम्पूर्ण पावन बन नहीं सकते।’

सा.बाबा 16.9.04 रिवा.

Q. सम्पूर्ण पवित्रता क्या है ? क्या ब्रह्मचर्य के पालन करने वाले को पवित्र कहेंगे ? यदि हाँ तो क्यों और यदि नहीं तो क्यों ? क्या देवताओं को सम्पूर्ण पावन कहेंगे ? यदि देवतायें सम्पूर्ण पावन हैं तो कब तक और कहाँ तक ? क्या सम्पूर्ण निर्विकारी और सम्पूर्ण पवित्र में कोई अन्तर है ? सतयुग में जो आत्मा दूसरा जन्म लेती है, उसको सम्पूर्ण पवित्र कहेंगे ? निर्विकारी और सम्पूर्ण निर्विकारी में कोई अन्तर है ?

बाबा ने कई बार कहा है - सम्पूर्ण पवित्र श्रीकृष्ण को ही कहेंगे, नारायण को नहीं। लक्ष्मी-नारायण तो शादी किये हुए हैं। समय के साथ आत्मा की पवित्रता की डिग्री कम होती जाती है।

“पवित्रता की शक्ति के कारण जहाँ पवित्रता है, वहाँ सुख-शान्ति स्वतः ही है। पवित्रता फाउण्डेशन है। पवित्रता को माता कहते हैं और सुख-शान्ति को उनके बच्चे कहते हैं। तो जहाँ पवित्रता है, वहाँ सुख-शान्ति स्वतः ही है। इसलिए हैपी भी हो। ... जहाँ पवित्रता है, वहाँ सुख-शान्ति-खुशी स्वतः ही आती है।”

अ.बापदादा 22.03.86

“आप सभी पवित्रता को धारण करना कितना सहज समझते हो क्योंकि बापदादा द्वारा नॉलेज मिली और नॉलेज की शक्ति से जान लिया कि मुझ आत्मा का अनादि और आदि स्वरूप है ही पवित्र। ... वास्तविक को अपनाना सहज हो गया ना।”

अ.बापदादा 22.03.86

“आप जो श्रेष्ठ आत्मायें हो वह सदैव वैष्णव अर्थात् तमोगुणी संकल्प वा तमोगुणी संस्कारों को भी टच नहीं कर सकते हो। ... इसी प्रकार अगर अपनी कमजोरी के कारण कोई भी पुराना तमोगुणी संस्कार वा संकल्प भी टच कर देते हैं तो विशेष रूप से ज्ञान-स्नान करना चाहिए अर्थात् बुद्धि में विशेष रूप से बाप की याद अथवा बाप से रुह-रिहान करनी चाहिए।”

अ.बापदादा 15.5.72

“पवित्रता और अपवित्रता का कारण क्या होता है - स्मृति। स्मृति है कि यह देवी है तो यह स्मृति दृष्टि और वृत्ति को पवित्र बनाती है। जब स्मृति है कि यह फीमेल है तो वह स्मृति वृत्ति और दृष्टि अपवित्रता की तरफ खींचती है।”

अ.बापदादा 25.8.71

“बाप से सर्व सम्बन्धों के रस व स्नेह का अनुभव न होने के कारण देहधारी में वृत्ति और दृष्टि चंचल होती है। ऐसे समय में बाप को धर्मराज के रूप में सामने लाना चाहिए और स्वयं को एक रौरव नर्कवासी व विष्ठा का कीड़ा समझाना चाहिए और सामने देखो कि कहाँ मास्टर

सर्वशक्तिमान और कहाँ मैं।”

अ.बापदादा 11.7.74

“पवित्रता के श्रृंगार की अनुभूति चेहरे से, चलन से औरों को हो। दृष्टि में, मुख में, हाथों में, पाँवों में सदा पवित्रता का श्रृंगार प्रत्यक्ष हो। ... जैसे कर्मों की गति गहन है, वैसे पवित्रता की परिभाषा भी बड़ी गुह्य है। पवित्रता ही फाउण्डेशन है।”

अ.बापदादा 17.10.87

“भाई-भाई को देखने से कर्मेन्द्रियां कभी चंचल नहीं होगी। ... संगम पर ही बाप आकर यह नॉलेज देते हैं कि अपने को आत्मा समझो। तुम नंगे आये थे, फिर यहाँ शरीर धारण कर तुमने 84 जन्म पार्ट बजाया, अब फिर वापस चलना है।”

सा.बाबा 6.01.09 रिवा.

Q. ब्रह्मचर्य व्रत और पवित्रता में क्या अन्तर है ?

ब्रह्मचर्य व्रत और पवित्रता में बहुत बड़ा अन्तर है। पवित्रता की धारणा वाले निश्चित ही ब्रह्मचारी होंगे परन्तु ये आवश्यक नहीं कि ब्रह्मचारी पवित्र भी हो। एक बच्चा ब्रह्मचारी हो सकता है, परन्तु पवित्र नहीं। आत्मा में पूर्ण पवित्रता तो उसी समय होती है, जब आत्मा परमधाम से इस धरा पर आती है तथा जब कल्पान्त में परमात्मा आकर यथार्थ ज्ञान देते हैं और आत्मा अभीष्ट पुरुषार्थ कर अपने विकर्मों का खाता खत्म कर कर्मातीत अर्थात् पावन बनती है और घर जाती है। उसके बाद तो स्थिति नम्बरवार और समय अनुसार ही होती है। बाबा ने अनेक बार कहा है सम्पूर्ण पवित्र श्रीकृष्ण को ही कहेंगे, उसके बाद जैसे बड़े होते हैं पवित्रता की कलायें कम होती जाती हैं।

“ऐसे बहुत हैं, जो जन्म से बाल ब्रह्मचारी रहते हैं। वे कोई दुनिया को पवित्रता की मदद नहीं दे सकते। मदद तब हो जब पावन बन दुनिया को भी पावन बनायें श्रीमत पर। बाप को मदद करते ही हैं याद की यात्रा में रहने से।”

सा.बाबा 17.10.69

“आलस्य और अलबेलापन भी विकार है। जो यथार्थ कर्म नहीं है, वह सब विकार है। ... पवित्रता के आधार पर ही कर्म की गति-विधि का आधार है। ब्रह्मचारी रहे या निर्मोही रहे - सिर्फ इसको ही पवित्रता नहीं कहेंगे। पवित्रता ब्राह्मण जीवन का श्रृंगार है।”

अ.बापदादा 17.10.87

“स्वप्न में भी ब्रह्मचर्य खण्डित होता है ... ईर्ष्या वा आवेश के वश कर्म होता है ... इसको भी पवित्रता का खण्डन माना जायेगा। जब स्वप्न का भी प्रभाव पड़ता है तो साकार में किये हुए कर्म का कितना प्रभाव पड़ता होगा।”

अ.बापदादा 17.10.87

“सफलतामूर्त बनने के लिए मुख्य दो ही विशेषतायें चाहिए - एक प्योरिटी और दूसरी

युनिटी। अगर प्योरिटी में कमी है तो युनिटी में भी कमी होगी। प्योरिटी सिर्फ ब्रह्मचर्य व्रत को नहीं कहा जाता है। संकल्प, स्वभाव, संस्कार में भी प्योरिटी।”

अ.बापदादा 31.10.75

Q. सम्पूर्ण और सम्पन्न पवित्रता क्या है ?

आत्मा की सच्ची पवित्रता है ब्रह्मचारी और ब्रह्माचारी अर्थात् ब्रह्मा बाप के समान आत्मिक स्वरूप में स्थित। आत्मिक स्वरूप में स्थित आत्मा की दृष्टि-वृत्ति भी आत्मिक होती है। परमात्मा से प्राप्त यथार्थ ज्ञान की धारणा और एक परमात्मा की अव्यभिचारी याद ही सच्ची पवित्रता का एकमात्र साधन और साधना है। यथार्थ आत्मिक ज्ञान और परमात्मा की याद ही पवित्रता का आधार है। परमधाम में पवित्र आत्मायें ही जा सकती हैं। सभी आत्मायें अन्त समय तक योगबल से या सजायें खाकर पवित्र बननी ही हैं परन्तु जो योगबल से अर्थात् परमात्मा की याद के बल से पवित्र बनता वह भविष्य नई दुनिया में ऊंच पद पाता है।

पवित्र आत्मा में समय पर कृत्य का संकल्प स्वतः आता है और उसकी शुभ में अभिरुचि और अशुभ में अरुचि स्वतः होती है। सर्व आत्माओं के प्रति उसकी शुभ भावना और शुभ कामना होती है, जिसके फलस्वरूप दूसरों की उसके प्रति शुभ भावना और शुभ कामना स्वतः होती है। उसके जीवन में राग-द्वेष, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति, ईर्ष्या-घृणा, इच्छा-आकांक्षा का नाम-निशान भी नहीं होता है।

“अपनी ऐसी श्रेष्ठ वृत्ति बनाओ जो कैसा भी विकारी, पतित आपकी वृत्ति के वायुमण्डल से परिवर्तन हो जाये। ... वृत्ति बदल गई है ? सम्पन्न पवित्रता, यह सच्चा-सच्चा व्रत लेना वा प्रतिज्ञा करना है। ... कितने बार सम्पूर्ण बने हो, याद है ? कोई नई बात नहीं है। कल्प-कल्प बने हो, बनी हुई है, सिर्फ रिपीट करना है। बनी को बनाना है, इसलिए कहा जाता है बना-बनाया ड्रामा। बना हुआ है, सिर्फ अभी रिपीट करना अर्थात् बनाना है।”

अ.बापदादा 7.3.05

Q. सम्पन्न पवित्रता से बाबा का भाव-अर्थ क्या है ? सम्पन्न पवित्रता की स्थिति क्या है, उसकी अनुभूति क्या है ?

‘सम्पूर्ण पवित्रता, सम्पन्न पवित्रता’ आदि शब्द अभी संगमयुग पर ही बाबा ने कहे हैं। देवताओं की महिमा ‘सर्वगुण सम्पन्न ... अहिंसा परमो देवी-देवता धर्म’ कहते हैं परन्तु ‘सम्पूर्ण पवित्रता’ या ‘सम्पन्न पवित्रता’ शब्द प्रयोग नहीं करते हैं, जिससे सिद्ध है कि अभी की पवित्रता देवताओं की पवित्रता से भी श्रेष्ठ है। अभी ही पवित्र बनकर फरिश्ता बनते हैं, चढ़ती कला में जाते हैं। अभी की पवित्रता में ज्ञान, गुण, शक्तियां, सुख-शान्ति-आनन्द सब समाया

हुआ है, इसलिए फरिश्ते देवताओं से भी ऊंच हैं। जब देवता बनते हैं तो वहीं से ही देहभान आरम्भ हो जाता है, जिससे गिरती कला आरम्भ हो जाती है। देवतायें भी शादी करते हैं, बच्चों को जन्म देते हैं, भले ही वे विकार से जन्म नहीं देते हैं परन्तु दैहिक आकर्षण तो जरूर होता ही है, जिसके आधार पर ही स्त्री-पुरुष शादी आदि करते हैं परन्तु उनके जीवन में आत्मिक शक्ति होने के कारण इन्द्रियों पर शासन होता है, जिससे प्रकृति उनकी दासी होती है और सुख के अनन्त साधन प्राप्त होते हैं परन्तु यथार्थ ज्ञान और परमात्मा की याद से प्राप्त होने वाला आनन्द उनके जीवन में नहीं होता है। ज्ञान और आनन्द संगमयुग की ही प्राप्ति है, जिसके कारण ही आत्मा की चढ़ती कला है। देवतायें भले ही स्वभाविक देही-अभिमानि होते हैं परन्तु वे एक-दूसरे को आत्मा रूप में भी नहीं देखते हैं क्योंकि आत्मा का यथार्थ ज्ञान तो रहता नहीं है। उनकी स्वभाविक आत्मिक स्थिति होती है। इन सब बातों पर विचार करें तो सम्पन्न पवित्रता संगम युग की विशेष प्राप्ति है क्योंकि इसमें ज्ञान, गुण, शक्तियाँ, आनन्द सब समाया हुआ है। जब हम अपने यथार्थ आत्मिक स्वरूप में स्थित होते हैं तो ये सब अनुभव आत्मा को होता है।

सम्पूर्णता-सम्पन्नता बाप का वर्सा है और यथार्थ में बाप अभी मिला है तो बाप का वर्सा भी अभी ही मिलना चाहिए। सतयुग का वर्सा तो इस संगमयुग के वर्से का प्रतिफल है। जब आत्मा इस ईश्वरीय ज्ञान, गुण, शक्तियों के साथ देह में रहते देह से न्यारी बाप समान अव्यक्त स्थिति धारण करती है तो आत्मा देव-दुर्लभ परमानन्द का अनुभव करती है, जो अब के सिवाए त्रिलोक और त्रिकाल में कहाँ भी अनुभव नहीं हो सकता। इसका अनुभव परमात्मा हर आत्मा को वर्से के रूप में कराता है, जिसको दीर्घकाल और सदा काल बनाना हर आत्मा का अपना पुरुषार्थ है। यही सम्पूर्ण और सम्पन्न पवित्रता की यथार्थ अनुभूति है। बाप का हाथ सदा हमारे सिर पर है और बाप हमारे साथ है, जो इस सत्य का अनुभव करके जो निराकार और अव्यक्त बाप की स्मृति में होगा तथा जिसकी दृष्टि-वृत्ति आत्मिक होगी, वही इस सम्पूर्ण और सम्पन्न पवित्रता की अनुभूति कर सकता है। यदि निराकार या अव्यक्त बाप की स्मृति नहीं होगी तो किस न किस वस्तु-व्यक्ति की याद अवश्य होगी क्योंकि मन-बुद्धि कब खाली नहीं होते और वह आत्मा सम्पूर्ण और सम्पन्न पवित्रता की स्थिति, चढ़ती कला का अनुभव कर नहीं सकती। वह अवश्य ही उतरती कला में होगा।

फरिश्ता स्थिति ही सम्पन्न और सम्पूर्ण स्थिति है, सम्पूर्ण पवित्र स्थिति है, जो सतयुगी देवताओं से भी ऊंच है। जब सूक्ष्म वतन में जाते, जैसे ब्रह्मा बाबा हैं, तब ही वह स्थिति सदा काल होती है परन्तु यहाँ स्थूल वतन में जब आत्मिक स्थिति में आत्मा स्थित होती है तो उस

स्थिति का अनुभव करती है, जिसको सदा काल बनाने का पुरुषार्थ किया जाता है।

आनन्द अर्थात् अतीन्द्रिय सुख का अनुभव सम्पूर्ण और सम्पन्न पवित्रता वाला ही कर सकता है। देवताओं के जीवन में सुख होगा लेकिन आनन्द नहीं होगा। आनन्द संगमयुग की ही प्राप्ति है।

“जैसे कर्मों की गति गहन गई है, वैसे पवित्रता की परिभाषा भी अति गुह्य है। पवित्रता माया के अनेक विघ्नों से बचने की छत्रछाया है। पवित्रता को ही सुख-शान्ति की जननी कहा जाता है। ... किसी भी कारण से दुख का जरा भी अनुभव होता है तो सम्पूर्ण पवित्रता की कमी है।”

अ.बापदादा 14.11.87

“तुम कहेंगे - हम संगम पर हैं। यह बातें और कहीं है नहीं। यह नई-नई बातें दिल में रखनी हैं। मुख्य बात है बाप और वर्से को याद करना। अगर पवित्र नहीं रहेंगे तो योग कभी लगेगा नहीं। लॉ नहीं कहता कि विकार में जाने वाले का योग लगे। इसलिए वे पद भी इतना नहीं पा सकेंगे।”

सा.बाबा 22.12.08 रिवा.

“सच्ची दिल पर साहेब राज़ी होगा। जो विकार में जाते रहते हैं और कहते हैं मैं शिवबाबा को याद करता हूँ - यह तो वे अपनी दिल खुश करते हैं। मुख्य है पवित्रता।... बच्चों को भी थप्पड़ नहीं मारना है। बच्चों को प्यार से शिक्षा देनी चाहिए।... थप्पड़ मारना क्रोध की निशानी हो जाती है।”

सा.बाबा 22.12.08 रिवा.

ब्रह्मचर्य व्रत, ब्रह्मचारी जीवन और पवित्रता से सम्बन्ध

धर्म की स्थापना और जीवन में दिव्य गुणों की धारणा के लिए ब्रह्मचर्य का पालन परमावश्यक है। जो भी परमात्मा के बच्चे बनते हैं, उनके लिए इस व्रत की धारणा परमावश्यक है। बिना ब्रह्मचर्य की धारणा के कोई भी ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी कहला नहीं सकता और जब तक ब्रह्मा के बच्चे नहीं बनें तब तक परमात्मा की याद स्थिर हो नहीं सकती और परमात्मा से स्वर्ग का वर्सा भी नहीं मिल सकता है। सभी धर्मपिताओं और महापुरुषों ने ब्रह्मचर्य को अपनाया है और उसके लिए दूसरों को भी प्रेरणा दी है, जिसके आधार पर ही उनके धर्मवंश की स्थापना होती है, कोई महान कार्य करने में समर्थ हुए हैं। हम ब्राह्मणों के लिए ब्रह्मचर्य एक व्रत ही नहीं है लेकिन हमारी जीवन ही ब्रह्मचारी जीवन है अर्थात् यह व्रत सारी जीवन के लिए है।

“कई कुमारियाँ अथवा कुमार कहते हैं बाबा मात-पिता बहुत नाराज होते हैं शादी न करने पर। बाबा कहते हैं जाकर शादी करो। पूछते हो ना, खुद तुम्हारी दिल है। शिव बाबा को

याद करते मर भी गये तो तुम्हारा बहुत ऊंच पद होगा।”

सा.बाबा 20.6.72 रिवा.

Q. योग की सफलता के लिए ब्रह्मचर्य आवश्यक क्यों ?

परमात्मा की याद के लिए पवित्रता की धारणा अति आवश्यक है और पवित्रता रूपी भवन का आधार ब्रह्मचर्य है।

योग साधना के लिए आधार शिला है

मन-बुद्धि की एकाग्रता के लिए अति आवश्यक है

मुक्ति-जीवनमुक्ति का यथार्थ अनुभव अर्थात् संगमयुग का परम-सुख अनुभव करने के लिए ब्रह्मचर्य की धारणा अति आवश्यक है।

आत्मिक शक्ति के हास को कम करने और आत्मिक शक्ति के विकास के लिए ब्रह्मचर्य की धारणा अति आवश्यक है।

विषय-भोग वाले की एक तो विषय-भोग की आश कब पूरी नहीं होती है, इसलिए बुद्धि सदा भटकती ही रहती है और दूसरे विषय-भोग से आत्मिक शक्ति का बहुत हास होता है, जिसके कारण मन-बुद्धि परमात्मा की याद में एकाग्र नहीं होते। काम को क्रोध का जनक कहा जाता है, इसलिए गीता में लिखा है - कामकोपजायते क्रोधः ... बुद्धि भ्रमित हो जाती है।

पवित्रता परमात्मा की श्रीमत है और पवित्रता की धारणा के लिए परमात्मा की श्रीमत पर चलना अति आवश्यक है।

पवित्रता दैवी जीवन का मूल गुण है

बाबा ने ब्रह्मचर्य की धारणा के लिए श्रीमत दी है और उसके महत्व को बताया है, वह सब हमारी बुद्धि में होगा तो ब्रह्मचर्य की धारणा सहज होगी।

“नम्बर वन है काम, उनको ही पतित कहा जाता है। क्रोधी को पतित नहीं कहेंगे। ... सतोप्रधान को पुण्यात्मा और तमोप्रधान को पापात्मा कहा जाता है। विकार में जाना पाप है। बाप कहते हैं अब पवित्र बनो।”

सा.बाबा 7.5.05 रिवा.

“वास्तव में याद वा सेवा की सफलता का आधार है - पवित्रता। पवित्रता सिर्फ ब्रह्मचारी नहीं लेकिन पवित्रता का सम्पूर्ण रूप है - ब्रह्मचारी के साथ-साथ ब्रह्माचारी बनना। ... आचरण में फालो ब्रह्मा बाप को करना है।”

अ.बापदादा 20.2.87

“सबसे मुख्य बात है - बच्चे, नाम-रूप में नहीं फंसना है। काम वश नाम-रूप में फंसते हैं। क्रोध नाम-रूप में नहीं फंसाता है। ... जब तुम अच्छे योगी बनेंगे तो कहाँ भी आंख नहीं डूबेगी, फिर तुम्हारी इन्द्रियां शान्त हो जायेंगी। ... तो अपनी आपही जांच करते रहो।”

सा.बाबा 21.8.06 रिवा.

“इस दुनिया का केस बहुत होपलेस है, यह खत्म होनी ही है, सब मर जायेंगे। इसलिए इससे ममत्व मिटाओ। ... लोभ-मोह भी सत्यानाश कर देता है। बच्चे आदि में मोह होगा तो वह याद आते रहेंगे। पुरुषार्थ ऐसा करना है, जो अन्त में कोई याद न पड़े।”

सा.बाबा 2.9.06 रिवा.

“जो श्रीमत पर चलते हैं, वे ही विजय माला का दाना बनते हैं। ... बाप कहते - बच्चे देही-अभिमानि बनो, नहीं तो पुराने सम्बन्धी याद पड़ते रहते हैं। नष्टोमोहा नहीं हैं, उसको व्यभिचारी याद कहा जाता है। वे सद्गति को पा न सकें क्योंकि दुर्गति वालों को याद करते रहते हैं।”

सा.बाबा 2.03.06 रिवा.

“हम स्वदर्शन चक्रधारी हैं, यह नशा तो रहना चाहिए। हम रचयिता बाप और रचना के चक्र को जानते हैं। ... कोई में भी कोई की रग नहीं रहनी चाहिए। पूरा नष्टोमोहा बनना है, इस शरीर में भी मोह न रहे। ... योगबल से इसको थमाना है।”

सा.बाबा 8.7.06 रिवा.

मान-शान, अहंकार के कारण भी अनेक प्रकार के संकल्प-विकल्प चलते हैं, अनेक व्यक्तियों की याद बुद्धि में आती रहती है, जो परमात्मा की याद को ठहरने नहीं देती।

परमात्मा की याद और निश्चय का सम्बन्ध

याद का निश्चय से गहरा सम्बन्ध है। जब आत्मा को निश्चय होता है कि यह हमारा भाई है, माँ है, बाप है तो उसकी याद आती है। निश्चय होता कि अमुख कार्य करना है, कहीं जाना है तो उसकी याद स्वतः ही आने लगती है।

परमात्मा की याद हमारी बुद्धि में सदा रहे, उसके लिए परमात्मा के द्वारा दिये गये ज्ञान की हर प्वाइन्ट के विधि-विधानों का ज्ञान हो, अनुभव हो और उन पर पूरा निश्चय हो तब ही परमात्मा की याद सफल होगी।

परमात्मा की याद बुद्धि में स्थिर तब रहेगी, जब हमको निश्चय होगा कि

हम निराकार आत्मा हैं, परमात्मा हमारा अनादि बाप है,

निराकार परमपिता परमात्मा प्रजापिता ब्रह्मा के तन द्वारा हमको पढ़ाते हैं

परमपिता परमात्मा की स्नेह युक्त याद से ही आत्मा पावन बनेंगी, आत्मा का कल्याण होगा

परमात्मा से विभिन्न प्रकार की जो प्राप्तियाँ हुई हैं या होनी हैं, उनका ज्ञान होगा और उस पर

निश्चय होगा तो ही परमात्मा की याद स्थिर होगी।

“बाप को याद करना क्यों भूल जाते हैं? निश्चय पूरा नहीं है तो भूल जाते हैं। जिस बाप से स्वर्ग का वर्सा मिलता है, ऐसे मात-पिता को भूल जाना यह कैसी बदिक्स्मती है! ... बाप को याद नहीं करते, सुनते-सुनते पढ़ाई छोड़ देते तो बुद्धि का ताला बन्द हो जाता है। ... जितना जास्ती याद करेंगे, उतना अच्छी रीति ताला खुलेगा।”

सा.बाबा 28.10.08 रिवा.

“पहले-पहले बाप कहते हैं - देह सहित देह के जो भी सम्बन्ध हैं, उनको भूलकर अपने को आत्मा निश्चय कर मुझ बाप को याद करो। कोई मनुष्य कृष्ण आदि ऐसे कह नहीं सकते।”

सा.बाबा 19.10.08 रिवा.

“यह सब ज्ञान का मन्थन अन्दर में चलता रहे। बाप में ज्ञान और योग दोनों हैं, तुम्हारे में भी होना चाहिए। ज्ञान और योग दोनों साथ-साथ चलता है। ऐसे नहीं कि योग में बैठो, बाबा को याद करते रहो और नॉलेज भूल जाये।”

सा.बाबा 13.11.04 रिवा.

“ज्ञान और योग दोनों अलग चीज हैं। योग को ज्ञान नहीं कहेंगे। ... बच्चों की बुद्धि में ज्ञान और योग का कन्ट्रास्ट स्पष्ट होना चाहिए। बाप कहते मुझे याद करो, यह ज्ञान नहीं हुआ। ... ज्ञान है सृष्टि-चक्र कैसे फिरता है, उसकी नॉलेज।”

सा.बाबा 21.2.05 रिवा.

“बाप को ज्ञान का सागर कहा जाता है, योग का सागर तो नहीं कहेंगे ना। ... अब बाप आते हैं तब सारी सृष्टि का कल्याण होता है। यह है भाग्यशाली रथ, इनसे कितनी सर्विस होती है।”

सा.बाबा 21.2.05 रिवा.

“अभी शिवबाबा मिला है तो उनकी मत पर चलना चाहिए ना। कोई भी देहधारी को याद नहीं करना है। कोई की भी याद न आये। चित्र भी कोई का नहीं रखना है। एक शिवबाबा की ही याद रहे।”

सा.बाबा 14.10.04 रिवा.

“इसको ही योग अग्नि कहा जाता है। यह भारत का प्राचीन राजयोग है, जो बाप ही हर 5 हजार वर्ष के बाद आकर सिखलाते हैं। बेहद का बाप ही भारत में, इस साधारण तन में आकर तुम बच्चों को यह योग सिखलाते हैं। इस याद से ही तुम्हारे जन्म-जन्मान्तर के पाप कट जायेंगे।”

सा.बाबा 28.9.04 रिवा.

“बच्चों की हर प्रकार की सम्भाल भी होती रहती है। बीमारी आदि में भी विकारी मित्र-सम्बन्धी आये, यह तो अच्छा नहीं है। हम पसन्द भी नहीं करें। नहीं तो अन्तकाल वह मित्र-सम्बन्धी ही याद पड़ेंगे। ... नहीं, उन्हेंको बुलाना, कायदा नहीं है। ... यह है होलीएस्ट ऑफ

होली स्थान। पतित यहाँ ठहर न सके।”

सा.बाबा 16.9.04 रिवा.

“अपनी नसीब को बनाना अपने हाथ में है। तो अब लॉटरी के इन्तजार में नहीं रहना, इन्तजाम करते रहना। तो योग से ही एम पूरा होगा परन्तु दोनों बातों को न चाहने वाला ही निर्सकल्प होता है, उनको ही सच्चा योगी कहा जाता है।” (दोनों की चिन्ता न हो, स्वभाविक पुरुषार्थ हो)

अ.बापदादा 6.7.69

“वह याद स्थाई ठहरती नहीं है। मैं आत्मा बिन्दी हूँ, बाबा भी बिन्दी है, वह हमारा बाप है। ... आत्मा भी निराकार, परमात्मा भी निराकार है, इसमें फोटो की भी बात नहीं है। तुमको तो आत्मा निश्चय कर बाप को याद करना है और देहाभिमान छोड़ना है।”

सा.बाबा 7.2.05 रिवा.

“तुम बच्चों की याद यथार्थ है। तुम अपने को इस देह से न्यारा, आत्मा समझकर बाप को याद करते हो। तुमको कोई की भी देह की याद नहीं आनी चाहिए। ... देही-अभिमानी होकर जितना बाप को याद करेंगे, उतना विकर्म विनाश होंगे। अभी तुमको ज्ञान का तीसरा नेत्र मिलता है।”

सा.बाबा 18.2.05 रिवा.

योग का जीवन में क्या महत्व है ?

आत्मा को पावन बनाने के लिए योग ही एकमात्र साधन है। भले कुछ आत्मायें अन्त समय सजायें खाकर पावन बनती हैं परन्तु वह कोई पुरुषार्थ नहीं है। योगबल से नई दुनिया स्वर्ग की स्थापना होती है। योग से ही ज्ञान की और दैवी गुणों की धारणा होती है। भले योग के लिए भी ज्ञान की आवश्यकता होती है परन्तु ज्ञान की धारणा, ज्ञान तलवार में बल योग के द्वारा ही आता है। योग से ज्ञान के अनेक रहस्य बुद्धि में स्पष्ट होते हैं। योग से ही आत्मा अतीन्द्रिय सुख का अनुभव करती है। इस प्रकार हम देखें तो जीवन के हर क्षेत्र में योग आवश्यक है। योग विहीन होने से ही आत्मा स्वर्ग से नर्क में चली जाती है, फिर नर्क से स्वर्ग में ले जाने के लिए योग ही एकमात्र आधार है।

“बाप को याद करने से ज्ञान आप ही इमर्ज हो जाता है। जो बाप को याद करता है, उनको हर कार्य में बाप की मदद मिल ही जाती है। ... अगर नॉलेज से लाइट-माइट नहीं तो वह नॉलेज ही किस काम की! ... ईश्वरीय नॉलेज क्या बनायेगी ? ईश्वरीय स्थिति।”

अ.बापदादा 24.1.70

परमात्मा की याद और गीता

परमात्मा की याद और श्रीमत्

गीता में ही श्रीमत् का वर्णन है और गीता में ही राजयोग का भी वर्णन है। भगवान बाप आकर श्रीमत् देते हैं, जिस श्रीमत् पर चलने वाले का ही योग सफल होता है अर्थात् वही परमात्मा की अव्यभिचारी याद में ठहर सकते हैं। 'नष्टोमोहा स्मृतिलब्धा' गीता का मूल मन्त्र है अर्थात् यह गीता का आदि और अन्त यही है।

“प्राचीन भारत का योग मशहूर है। बाप कहते हैं - मुझे याद करते-करते तुम पवित्र बन जायेंगे, तुम्हारे पाप भस्म हो जायेंगे। बाप की याद में शरीर छोड़ेंगे तो तुम मेरे पास चले आयेंगे। अब यह पुरानी दुनिया खत्म होनी है। यह वही महाभारत की लड़ाई है। जो बाप के बने हैं, उनकी ही विजय होनी है।”

सा.बाबा 14.11.08 रिवा.

“यह है बाप के पास जाने की रुहानी यात्रा। बाप कहते हैं - देह सहित देह के सर्व सम्बन्धों को छोड़कर मामेकम् याद करो। ... अभी यह गीता एपीसोड रिपीट हो रहा है। इस पुरानी दुनिया का विनाश होना है। ... अब यह नाटक पूरा होता है। ... यह नाटक अनादि बना हुआ है। जो-जो जिस धर्म वाले हैं, उनको अपने सेक्शन में जाना है।”

सा.बाबा 15/16.11.08 रिवा.

“कहते हैं - क्या करें, बन्धन हैं। तुमको जीते जी मरना आ जाये तो तुम्हारा सब बन्धन खलास हो जाये। ... अभी तुमको जीते जी निर्बन्धन अर्थात् अशरीरी बनना है। देह सहित देह के सर्व बन्धनों को भूल अपने को आत्मा समझ मुझ बाप को याद करो। बाकी बन्धन तब लगता है, जब तुम देहाभिमानि बनते हो।”

सा.बाबा 31.10.08 रिवा.

“फरमान-बरदार का अर्थ ही है फरमान पर चलना। मुख्य फरमान है निरन्तर याद में रहो। ... जितना-जितना इस फरमान को प्रैक्टिकल में लायेंगे, उतना ही प्रत्यक्ष फल मिलेगा।”

अ.बापदादा 2.2.70

“अभी निराकार बाप इन द्वारा समझाते हैं - मैं रचयिता हूँ, यह मेरी रचना है, जिसका राज तुमको समझाता हूँ। ... तुम नष्टोमोहा बनों, मुझे याद करो और कोई पाप नहीं करो।”

सा.बाबा 30.10.08 रिवा.

“जो अच्छी रीति पढ़ेंगे, धारणा करेंगे, वे ही स्वर्ग की राजधानी में आयेंगे। परन्तु तकदीर भी चाहिए ना। ... गीता में भी है - देह सहित देह के सभी सम्बन्ध छोड़ अपने को आत्मा समझ

मुझ बाप को याद करो। ... बाप की याद से एवर-हेल्दी बनेंगे और नॉलेज से एवर-वैल्दी बनेंगे।”

सा.बाबा 29.10.08 रिवा.

“यादव हैं मूसल इन्वेन्ट करने वाले और कौरव-पाण्डव हैं भाई-भाई। वे आसुरी भाई और ये दैवी भाई। यह भी आसुरी थे परन्तु इनको बाप ने ऊंच बनाकर दैवी भाई बनाया है। ... पाण्डवों की जीत हुई और कौरव विनाश हो गये।” (पाण्डवों को बाबा है तो सबकुछ है और कौरवों को माया है तो सबकुछ है - दादी जानकी)

सा.बाबा 28.10.08 रिवा.

“बाप कहते हैं मन्मनाभव, मध्याजी भव। ये गीता में अक्षर हैं। ... बाप कहते हैं - मुझे याद करो तो तुमको बादशाही मिलेगी। ... बाप के बनें फिर भी पुरुषार्थ तो करना ही पड़े। आप समान बनाने की जितनी सर्विस करेंगे, उतना फल मिलेगा।”

सा.बाबा 22.10.08 रिवा.

“तुम्हारे में भी कोई विरले बाप को यथार्थ रीति जानते हैं। माया घड़ी-घड़ी भुला देती है। बाप बार-बार तुमको श्रीमत देते हैं कि अपने को आत्मा समझो और मुझ बाप को याद करो। यह है श्रेष्ठ से श्रेष्ठ मत।”

सा.बाबा 21.10.08 रिवा.

“बाप कहते हैं - मैं प्रतिज्ञा करता हूँ अगर तुम मुझ बाप को याद करोगे तो मैं तुमको सर्व पापों से मुक्त कर दूँगा। तुम्हारे विकर्म विनाश हो जायेंगे, यह गारण्टी देते हैं। ... बाबा कहने से स्वर्ग भी जरूर याद आयेगा और अपना घर मुक्तिधाम भी याद आयेगा।”

सा.बाबा 12.12.08 रिवा.

“हम शिवबाबा के बने हैं, उनके पास जन्म लिया है। अगर ऐसा समझें तो शरीर का भान बिल्कुल ही निकल जाये। जैसे शिवबाबा निराकार इस रथ में है, तुम भी अपने को निराकार आत्मा समझो। ... अब तुम मुझ बाप को और स्वीट होम को याद करो।”

सा.बाबा 11.10.08 रिवा.

“गीता के आदि में और पिछाड़ी में यह बात आती है - मन्मनाभव। ... बाप कहते हैं - मामेकम् याद करो, दूसरे कोई देहधारी को याद नहीं करना है।”

सा.बाबा 4.10.05 रिवा.

“जब भी मैं शब्द बोलो तो कोई न कोई स्वमान साथ में बोलो, यानी बुद्धि में लाओ। मैं शब्द बोला और स्वमान याद आ जाये। मेरा शब्द बोला तो बाबा याद आ जाये। मेरा बाबा। यह नेचुरल स्मृति हो जाये, यह परिवर्तन कर लो बस।”

अ.बापदादा 15.12.08

“‘इच्छामात्रम् अविद्या’ की स्थिति प्राप्त करने का तरीका बताया। ऐसी ऊंची नॉलेज और कितनी महीन है। ... बिनु मांगे अमूल्य रतन मिल जाते हैं। ऐसा पद्मापदम भाग्यशाली अपने को समझते हो ? ... स्मृति-विस्मृति की चढ़ाई उतरते-चढ़ते हो। ... सदैव यह याद रखो कि सर्वशक्तिवान के साथ हमारा सम्बन्ध है।”

अ.बापदादा 25.1.70

परमात्मा की याद और ब्राह्मण जीवन की सफलता

परमात्मा की याद ही इस ब्राह्मण जीवन की सफलता का मुख्य आधार है, उसमें सहज सफलता मिले, उसके लिए परमात्मा ने अनेकानेक विधि-विधान, साधन और विधियाँ बताई हैं। याद के उन विधि-विधानों और सिद्धान्तों को जानने और पालन करने वाले ही सहज परमात्मा की याद अर्थात् योग में रह सकते हैं और उससे मनवांछित सफलता प्राप्त कर सकते हैं।

याद की सफलता के लिए बाबा ने यह भी कहा है - तुमको बहुत ऊंची चीज का उपयोग नहीं करना चाहिए क्योंकि कीमती चीज होगी तो उसकी ओर ध्यान अवश्य जायेगा, बने-बिगड़ेगी, तो भी उसका चिन्तन चलेगा, जिससे योग सिद्ध नहीं होगा।

वास्तव में बाबा की हम आत्माओं के प्रति जो श्रीमत है और विश्व-नाटक का जो विधि-विधान है, उसके अनुसार हर आत्मा को उतना ही उपभोग करने का अधिकार है, जिससे उसकी कार्यक्षमता की वृद्धि हो या कार्यक्षमता स्थिर रहे। उससे अधिक विलासितापूर्ण या दिखावे के लिए आत्मा वस्तुओं का या प्राकृतिक साधनों का उपभोग करती है तो उससे उसकी कार्यक्षमता का हास होता है और उसका परिणाम उस आत्मा को जाने-अन्जाने भोगना ही पड़ता है। ऐसे उपभोग और उपयोग के लिए बाबा ने मना की है और ब्रह्मा तन द्वारा करके भी दिखाया है।

बाबा ने कहा है - याद के सफल अभ्यास के लिए अपनी भृकुटी में अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होने का अभ्यास करो और दूसरी आत्माओं को भी उनकी भृकुटी में देखकर, उनसे बात करो।

याद के सफल अभ्यास के लिए खान-पान और संग की भी बड़ी शुद्धि चाहिए। अशुद्ध खानपान, कुसंग याद के अभ्यास में विघ्नरूप बनता है। उसके लिए भी बाबा ने अनेकानेक विधि-विधान बताये हैं।

याद में सफलता प्राप्त करने के लिए बीच-बीच में अन्तर्मुखता अर्थात् देह से न्यारे

अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होने का विशेष अभ्यास करना चाहिए। अन्तर्मुख अर्थात् वाणी से परे स्थिति। वाणी से परे निर्वाण स्थिति क्या है, योग की सफलता के लिए अन्तर्मुखता कितनी आवश्यक है और अन्तर्मुखता से आत्मा को क्या-क्या लाभ होते हैं, क्या-क्या अनुभूतियां होती हैं - वह सब राज़ बाबा ने बताये हैं और उसके अभ्यास के लिए आवश्यक विधि-विधान भी बताये हैं।

“तुम एक मुझ बाप को याद करो। किसी देहधारी की स्तुति नहीं करनी है। आत्मा की बुद्धि में कोई देह याद न आये, यह अच्छी रीति समझने की बात है।”

सा.बाबा 10.12.05 रिवा.

“अगर खास बैठकर योग लगाने की आदत है तो योग सिद्ध हो न सके। ... उनका योग कब स्थायी नहीं रह सकेगा। समझो हार्टफेल की तकलीफ हो जाती है तो उस समय कोई योग में बिठायेगा क्या ? ... अगर लाल बत्ती अच्छी लगती है तो वह याद आयेगी तो उनसे भी योग हो गया ... यहाँ तो देह सहित देह के जो भी सम्बन्ध हैं, उन सबको भूलकर मुझ एक के साथ योग लगाओ, तब तुम्हारा कल्याण होगा और तुम विकर्माजीत बनेंगे।”

सा.बाबा 27.4.07 रिवा.

“निर्वाण स्थिति में स्थित होकर वाणी में आयेंगे तो वाणी में भी शब्द कम लेकिन शक्तिशाली ज्यादा होंगे। ... आपके एक शब्द में हजारों शब्दों का रहस्य समाया हुआ होगा, जिससे व्यर्थ वाणी ऑटोमेटिकली समाप्त हो जायेगी।”

अ.बापदादा 26.10.71

“बाप की याद के साथ-साथ घर की भी याद जरूर चाहिए क्योंकि अब वापस घर जाना है। घर में ही बाप को याद करना है। भल तुम जानते हो बाबा इस तन में आकर हमको सुना रहे हैं परन्तु बुद्धि परमधाम स्वीट होम से टूटनी नहीं चाहिए। ... बाप तो सेकेण्ड में कहाँ भी जा सकते हैं।”

सा.बाबा 13.8.05 रिवा.

“बाप कहते हैं - अभी तुमको वापस जाना है। अपने को आत्मा समझो, आत्मा समझ मुझ बाप को याद करो तो तुम्हारे जन्म-जन्मान्तर के पाप भस्म हों, और कोई उपाय नहीं है।”

सा.बाबा 10.10.05 रिवा.

“अन्तर्मुखी होकर के कार्य करने से एक तो विघ्नों से बचाव, दूसरा समय का बचाव और तीसरा संकल्पों का बचाव वा बचत हो जायेगी। ... जब अमृतवेले प्रोग्राम सेट करेंगे तब ही समय की बचत और सफलता अधिक हो जायेगी।”

अ.बापदादा 24.6.71

“ज्ञान है लेकिन ज्ञान के साथ परमात्म-स्नेह भी आवश्यक है। ... ज्ञान बीज है लेकिन बीज के साथ स्नेह पानी है। अगर बीज में पानी नहीं मिलता है तो बीज से फल की प्राप्ति का अनुभव नहीं हो सकती है। ज्ञान के साथ-साथ यह परमात्म-स्नेह सदा सर्व प्राप्तियों का फल अनुभव कराता है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“जहाँ स्नेह है, वहाँ सबकुछ अनुभव करना सहज हो जाता है। स्नेह की शक्ति बहुत ही बाप के नजदीक ले आती है। स्नेह की शक्ति सदा ऐसे अनुभव कराती है, जैसे बाप के वरदान का हाथ सदा अपने सिर पर अनुभव करते हैं। बाप का स्नेह सदा ही छत्रछाया बन जाता है। स्नेही सदा अपने को बाप के साथी समझते हैं।”

अ.बापदादा 15.11.08

“स्नेह में प्राप्तियों का अनुभव बहुत सहज होता है। सिर्फ ज्ञान है लेकिन स्नेह नहीं है तो फिर भी क्यों, क्या के क्वेश्चन्स उठ सकते हैं लेकिन स्नेह है तो सदा स्नेह के सागर में लवलीन रहते हैं। ... ज्ञानी तू आत्मा प्रिय है लेकिन ज्ञान के साथ-साथ सच्ची दिल और अविनाशी बाप का स्नेह आवश्यक है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“इसमें सच्चाई-सफाई बहुत चाहिए। जो खुद विकारी होगा, वह औरों को कहे - ‘काम महाशत्रु है’ तो तीर लग नहीं सकता। पण्डित का मिसाल है ... शिवबाबा कहते हैं - तुम मुझे याद करने से इस विषय सागर से पार हो शिवालय में चले जायेंगे।”

सा.बाबा 11.11.08 रिवा.

“योगबल से तुम राज्य ले लेते हो। बाप तुमको कोई तकलीफ नहीं दते हैं, सिर्फ कहते हैं - मुझे याद करो, देहाभिमान छोड़ो। ... अपने को आत्मा निश्चय करो।”

सा.बाबा 12.11.08 रिवा.

“विनाश काले यादवों और कौरवों ने बाप से प्रीत नहीं रखी। पाण्डवों ने प्रीत रखी तो उनकी विजय हुई। ... मनुष्य भल मनुष्य हैं परन्तु बुद्धि का फर्क तो है। ज्ञान सागर ने तुमको ज्ञान दिया है तो उनको याद करते हो। सदा काल उनकी याद रहे, वह अवस्था तुम्हारी अन्त में बनेंगी।”

सा.बाबा 12.11.08 रिवा.

कल्प-वृक्ष एवं सृष्टि-चक्र और याद की सफलता /

परमात्मा की याद और सृष्टि-चक्र / सृष्टि-चक्र की याद और परमात्मा /

सृष्टि-चक्र के ज्ञान से परमात्मा की याद का सम्बन्ध

ये सारा सृष्टि-चक्र याद पर ही आधारित है। जब से आत्मा इस धरा पर पार्ट बजाने आती है, जब से उसकी बुद्धि में कोई न कोई वस्तु या व्यक्ति की याद अवश्य रहती है, जो याद ही आत्मा के उत्थान-पतन, सुख-दुख का आधार बनती है। बचपन में बच्चे की याद माँ-बाप तक सीमित होती है, फिर जैसे-जैसे बड़ा होता है, वाह्य जगत की जानकारी बढ़ती जाती है, वैसे याद भी अनेक वस्तु और व्यक्तियों की बढ़ती जाती है। वर्तमान समय आत्मा के उत्थान का समय है तो किस याद से आत्मा का उत्थान होता है या हो सकता है, उसका विधि-विधान क्या है? परमात्मा ने उसका भी ज्ञान दिया है, वह ज्ञान भी बुद्धि में होगा, तब ही यथार्थ रीति याद होगी और याद की सफलता स्वरूप प्राप्ति का अनुभव होगा। पुरुषोत्तम संगमयुग के अतिरिक्त सारे कल्प तो आत्मा जिन वस्तु या व्यक्तियों को याद करती है, उससे उसकी उतरती कला ही होती है अर्थात् उससे आत्मिक शक्ति का हास ही होता है। अभी पुरुषोत्तम संगमयुग पर ज्ञान सागर परमपिता परमात्मा जो ज्ञान देते हैं और याद का विधि-विधान बताते हैं, उससे ही आत्मा की चढ़ती कला होती है अर्थात् आत्मिक शक्ति का विकास होता है। ये ज्ञान और यथार्थ याद, जिससे आत्मा की चढ़ती कला होती है, वह संगमयुग पर ही होती है, इसलिए संगमयुग को पुरुषोत्तम युग, चढ़ती कला का युग कहा जाता है।

परमात्मा की श्रीमत् पर परमात्मा की याद, घर की याद से ही अभी हम इस कल्प-वृक्ष की कलम लगाते हैं, जिसका फल हम सतयुग-त्रेता में खाते हैं। सृष्टि-चक्र के ज्ञान से ही हमारी याद की यात्रा सहज होती है क्योंकि सृष्टि-चक्र का ज्ञान ही हमको व्यर्थ संकल्पों से मुक्त करके निर्संकल्प और निर्विकल्प बनाता है। इस वास्तविकता पर विचार करें तो ज्ञान, योग और कल्प-वृक्ष एवं सृष्टि-चक्र का घनिष्ठ सम्बन्ध है। इसलिए ही परमात्मा ने ये सब ज्ञान हमको दिया है।

“प्वाइन्ट्स नोट कर फिर धारण करनी चाहिए। सभी प्वाइन्ट्स बुद्धि में रहनी चाहिए। ... शिवबाबा की याद में रह इस देह सहित देह के सर्व सम्बन्धों को भूल जाना है। बुद्धि से हम बेहद का त्याग करते हैं। हमारी बुद्धियोग की रुहानी यात्रा है।”

सा.बाबा 29.12.08 रिवा.

“यह राजयोग सीखने वाले ही स्वर्ग में आयेंगे। अभी फिर से नये झाड़ का सेपलिंग लग रहा है। ... अब बाप कहते हैं - याद से अपने विकर्म विनाश करो तो आत्मा शुद्ध बन जायेगी और ज्ञान को धारण करने से तुम चक्रवर्ती राजा बनेंगे।”

सा.बाबा 29.12.08 रिवा.

“कभी-कभी बाबा ख्याल करते हैं - ड्रामा अनुसार कल्प पहले आज के दिन जो मुरली चलाई थी, वही जाकर चलाऊंगा। तुम भी कह सकते हो कि कल्प पहले बाप से जितना वर्सा लिया था, उतना ही लेंगे। ... परन्तु बाप को जरूर याद करना है। नहीं तो विकर्म विनाश नहीं होंगे।”

सा.बाबा 3.10.08 रिवा.

ये बना-बनाया ड्रामा है, इसकी अभी हमको स्मृति आई है और इसके ज्ञान से हमको अपने कल्प पहले वाले पार्ट की स्मृति आयी है, जिस स्मृति से और सब स्मृतियाँ भूल जाती है। ... अभी नाटक में पार्ट पूरा हुआ, अब घर चलना है।

दादी जानकी 3.10.08

“पुरुषोत्तम संगम युग ... विनाश की बातें तो स्थापना के समय से चल रही हैं ... अभी भी पता नहीं विनाश कब हो! ... बापदादा ऐसे बच्चों को सदा सावधान करते हैं कि समय पर जागे और समय प्रमाण परिवर्तन किया तो यह कोई बड़ी बात नहीं है ... समय पर किया तो समय को मार्क्स मिलेगी, आपको नहीं।”

अ.बापदादा 15.4.92

“बापदादा देख रहे हैं कि समय आपका इन्तजार कर रहा है। आप समय का इन्तजार करने वाले नहीं हो, आप इन्तजाम करने वाले हो। समय आपका इन्तजार कर रहा है। सतोप्रधान प्रकृति भी आपका आवाह कर रही है। ... समय का आप इन्तजार नहीं करो कि कब विनाश होगा ... दो साल में होगा या दस साल में होगा।”

अ.बापदादा 31.12.05

“ड्रामा प्लॉन अनुसार तुम जागते हो, तुमको फिर औरों को जगाना है। अब तक जिसने जैसा पुरुषार्थ किया है, उतना ही कल्प पहले भी किया था। ... ड्रामा में उन्होंका पार्ट ही है मूसल बनाना क्योंकि वे विनाश के निमित्त बने हुए हैं। इसमें प्रेरणा की कोई बात नहीं है। ड्रामानुसार विनाश तो होना ही है।”

सा.बाबा 22.8.06 रिवा.

याद और चित्र-मूर्ति, फोटो

बाबा ने स्पष्ट श्रीमत दी है कि किसी का फोटो आदि नहीं रखो क्योंकि तुमको तो एक निराकार बाप को याद करना है, उससे ही तुम्हारा कल्याण है। किसकी फोटो आदि रखते और उसे देखते रहते तो अपना टाइम वेस्ट करते हो। शिवबाबा का चित्र आदि भी किसको समझाने के लिए रखते हैं, चित्र को देखकर याद करना या चित्र पर मन-बुद्धि को एकाग्र

करना यथार्थ याद नहीं है। मम्मा-बाबा का फोटो रखने के लिए भी बाबा ने मना की है और कहा है अन्त में यदि मम्मा-बाबा की याद रही तो भी दुर्गति हो जायेगी अर्थात् जो कल्याण शिवबाबा की याद से होना है, वह नहीं होगा। अनेक बार देखा कि ब्रह्मा बाबा को कोई अपने साथ फोटो निकालाने के लिए कहते थे तो बाबा बच्चों का मन रखने के लिए साथ में फोटो तो निकलवा लेते थे परन्तु साथ में समझानी भी अवश्य देते थे कि बच्चे शिवबाबा का फोटो तो निकल नहीं सकता है और याद तो शिवबाबा को ही करना है, इस तन को तो याद नहीं करना है। बाबा ने ये भी कहा है - मैं किसके पास मम्मा-बाबा का फोटो देखता हूँ तो फाड़ देता हूँ क्योंकि अन्त में मम्मा-बाबा को याद करते रहे तो दुर्गति हो जायेगी।

“बाप की छत्रछाया में रहने वाली श्रेष्ठ आत्मा हूँ ... जो अभी छत्रछाया में रहते हैं, वे ही छत्रधारी बनते हैं। ... बाप की छत्रछाया के अन्दर हैं, यह चित्र सदा सामने रखो।”

अ.बापदादा 27.3.88

“तुम अपना फोटो निकालो, ऊपर में शिवबाबा, फिर अपना राजाई का चित्र, उसके नीचे अपना साधारण चित्र। शिवबाबा से हम राजयोग सीखकर डबल सिरताजधारी देवता बन रहे हैं। ... तुमको आप ही बाप को याद करने का उपाय ढूँढना चाहिए।”

सा.बाबा 21.9.06 रिवा.

“कोई भी गुरु गोसाईं आदि का फोटो भी न रखना है। इसलिए बाबा फोटो निकालने को भी मना करते हैं। फोटो में तुम इस मम्मा-बाबा को देखते रहेंगे और ही वह समय तुम्हारा नुकसान हो जायेगा। बाबा-मम्मा का चित्र देखने लग पड़ेंगे, शिव बाबा भूल जायेगा। तुम आत्माओं को तो निराकार बाप को याद करना है। इसलिए मैं फोटो आदि देखता हूँ तो फाड़ भी देता हूँ। समझते हैं यह मम्मा-बाबा के फोटो देखते रहते हैं। मरने समय अगर उनको ही देखते रहे तो दुर्गति हो जायेगी। तुमको याद करना है एक शिव बाबा को। उसका फोटो निकल नहीं सकता। इसलिए बाबा को यह फोटो आदि निकालना अच्छा नहीं लगता है। परन्तु क्या करें, बच्चे नाराज न हो जायें इसलिए खुश कर लेते हैं। परन्तु समझते हैं इनका शिव बाबा से योग टूटा हुआ है, तब कहते हैं बाबा हमारे साथ फोटो निकालो। वह गुरु लोग तो बहुत खुश होते हैं। बाबा को यह फोटो आदि निकालना अच्छा नहीं लगता। कहाँ साकार में फंस कर मर न जायें।”

सा.बाबा 16.7.72 रिवा.

“अभी मम्मा के नाम-रूप को भी याद नहीं करना है। हमको भी उन जैसी धारणा करनी है। ... सिर्फ मम्मा की महिमा करने से थोड़ेही बन जायेंगे। बाप तो कहते हैं - मामेकम् याद करो, मम्मा जैसा ज्ञान सुनाना है। ... इस दादा को भी याद करने से पेट नहीं भरेगा। याद एक को

ही करना है। बलिहारी उस एक की है।”

सा.बाबा 17.10.05

“बाप कहते हैं - साकार का भी मुरीद मत बनो, याद मामेकम् करो। यह बाबा भी मुझे याद करते हैं। ... हमको ही पावन बनने के लिए याद करना है। महिमा एक की ही है, उनके सदके इनका मान है। तुमको कोई भी देहधारी को याद नहीं करना है। ... उनको याद करो परन्तु थू इनके कहते हैं।”

सा.बाबा 16.03.06 रिवा.

“श्रीकृष्ण को याद करने से विकर्म विनाश नहीं होंगे। वह तो प्रिन्स था, उसने प्रालब्ध भोगी, उनकी महिमा की दरकार नहीं है। देवताओं की क्या महिमा करेंगे। ... बाकी उन्होंने क्या किया, सीढ़ी तो उतरते ही आते हैं।”

सा.बाबा 23.9.06 रिवा.

Q. बैज से हमारी याद का क्या सम्बन्ध है ?

हमको बाबा की याद रहे और सेवा का भी चान्स मिले, इसलिए बाबा ने बच्चों को बैज लगाने की श्रीमत दी है। बैज के विषय में भी बाबा ने कहा है - शिवबाबा का चित्र भी हो और अपने लक्ष्य का भी चित्र हो तो हमको दोनों की सहज याद रहेगी और सेवा में भी सहयोगी बनेगा।

बाबा ने कहा है - जैसे गवर्मेन्ट का ‘कोट ऑफ आर्म्स’ होता है, वैसे ही यह त्रिमूर्ति पाण्डव गवर्मेन्ट का कोट ऑफ आर्म्स है। तुम रुहानी मिलिटरी हो और यह रुहानी पाण्डव गवर्मेन्ट है। यह स्मृति सदा तुमको रहनी चाहिए।

“क्लास में जाते हो तो भी बैज लगा रहे। मिलिटरी वालों को बिल्ला लगा रहता है। उनको कभी लज्जा आती है क्या ? तुम भी रुहानी मिलिटरी हो ना। ... बैज लगा रहेगा तो शिवबाबा की याद भी रहेगी।”

सा.बाबा 8.9.05 रिवा.

“ऊंच से ऊंच भगवान की है श्रीमत। ... बाप कहते हैं - मन्मनाभव, देह सहित देह के सब धर्म छोड़ मामेकम् याद करो तो तुम कृष्ण की डायनेस्टी में आ जायेंगे। ... अभी तुम बच्चों को ज्ञान है, तुमको बैज तो जरूर लगा रहना चाहिए। इसमें लज्जा की बात नहीं है, इससे बाप की याद रहेगी।”

सा.बाबा 1.9.05 रिवा.

“कहाँ भी जाते हो तो यह बैज पड़ा रहे। बोलो - वास्तव में यह है पाण्डव गवर्मेन्ट का कोट ऑफ आर्म्स। समझाने की बड़ी रॉयल्टी चाहिए। ... तुम रुहानी मिलिटरी हो। मिलीटरी को सदा निशानी रहती है। यह रहने से तुमको नशा रहेगा कि हम यह बन रहे हैं।”

सा.बाबा 15.10.05 रिवा.

“हमको बाप से वर्सा मिलना है। सेवा करेंगे तब तो मिलेगा। इसलिए बैज सदा पड़ा रहे तो याद रहेगा - हमको ऐसा सर्वगुण सम्पन्न बनना है।”

सा.बाबा 1.10.05 रिवा.

“तुम बच्चों को बहुत खुशी रहनी चाहिए। ओहो! शिवबाबा हमको पढ़ाते हैं। यही बैठ चिन्तन करो। भगवान हमको पढ़ाते हैं, वाह मेरी तकदीर वाह। ऐसे-ऐसे विचार करते मस्ताना हो जाना चाहिए। ... बाबा तुमको राय देते हैं - चार्ट लिखो और एकान्त में बैठ ऐसे अपने साथ बातें करो। यह बैज तो छाती से लगा दो। भगवान की श्रीमत पर हम यह बन रहे हैं।”

सा.बाबा 29.11.05 रिवा.

“बाप कहते हैं - त्रिमूर्ति का चित्र साथ में रख दो तो घड़ी-घड़ी याद आयेगी। ... कमरे में त्रिमूर्ति का चित्र लगा होगा तो घड़ी-घड़ी नज़र जायेगी ... ये चित्र मदद करेंगे। ... यह त्रिमूर्ति का चित्र ही मुख्य है।”

सा.बाबा 12.4.06 रिवा.

“हम सो लक्ष्मी-नारायण बनते हैं। वास्तव में इन चित्रों की भी दरकार नहीं है। जो कच्चे हैं, घड़ी-घड़ी भूल जाते हैं, इसलिए चित्र रखे जाते हैं। ... तुमको कोई चित्र लगाने की दरकार नहीं है। तुमको तो अपने चित्र को भी भूलना है। देह सहित सब सम्बन्ध भूल जाने हैं।”

सा.बाबा 13.03.06 रिवा.

“भक्ति मार्ग में भक्त लोग देवताओं के चित्र साथ में रखते हैं। अभी तुमको यह त्रिमूर्ति का चित्र पॉकेट में रखना चाहिए। याद रहेगा की शिवबाबा द्वारा हम यह लक्ष्मी-नारायण बन रहे हैं।”

सा.बाबा 13.5.06 रिवा.

याद और टी.वी., बाइस्कोप, देखना-सुनना, पठन-पाठन

Q.टी.वी., बाइस्कोप, देखना-सुनना, पठन-पाठन आदि का हमारी याद पर क्या प्रभाव होता है?

टी.वी., बाइस्कोप, देखना-सुनना, पठन-पाठन आदि का हमारी याद पर क्या प्रभाव होता है, उसके विषय में परमात्मा ने अनेक प्रकार शिक्षायें दी हैं और उसके शुभाशुभ प्रभाव का ज्ञान भी दिया है। जब इनके शुभाशुभ परिणाम का ज्ञान हमारी बुद्धि में स्पष्ट होगा, तब ही हम परमात्मा की याद के लिए अभीष्ट पुरुषार्थ कर सकेंगे और हमारी बुद्धि में परमात्मा की याद स्थिर रह सकेगी।

बाबा ने कहा है बाइस्कोप सबसे गन्दी चीज है। बाइस्कोप देखने वालों में विकार की आकर्षण अवश्य होगी, उसमें देखे चित्र आदि की स्मृति अवश्य आयेगी और जब उसमें देखे चित्रों की, उसके दृश्यों की याद मन-बुद्धि में होगी तो परमात्मा की याद कैसे रह सकेगी। इस विषय में ब्रह्मा बाबा ने अपना भी अज्ञानकाल का अनुभव सुनाया है कि कैसे बाइस्कोप

बुद्धि को खराब करके अपने अभीष्ट लक्ष्य से भ्रमित कर देता है। टी.वी. के लिए भी बाबा कहते टी.वी, टी.बी. है। दोनों के लिए बाबा ने मना की है। अब ये हर एक के अपने पुरुषार्थ पर है, जो जितना श्रीमत का पालन करेगा, वह उतना माया के वार से बचेगा, उसकी बुद्धि में उतनी परमात्मा की याद रहेगी और वह उतना ही इस ब्राह्मण जीवन का सच्चा सुख अनुभव करेगा। मनुष्य जो देखता, उसका चिन्तन अवश्य चलता है, जिससे उतना समय बाप की याद भी नहीं रहती और जिसका चिन्तन होता है, उसका प्रभाव कर्मेन्द्रियों पर अवश्य होता है।

पठन-पाठन का भी यही विधि-विधान है कि जब हम किसी व्यक्ति विशेष का साहित्य पढ़ते हैं, तो सूक्ष्म में उसकी याद अवश्य रहती है, इसलिए उस समय परमात्मा की याद रह नहीं सकती। गीत आदि सुनने के विषय में भी यही विधि-विधान है। भले ही अच्छे गीत हमको व्यर्थ चिन्तन से बचाते भी हैं परन्तु गीत सुनते हुए ही याद कर सकें और गीत न हो तो याद न कर सकें। यह भी यथार्थ याद का विधि-विधान नहीं है। इस लिए याद के विषय में बाबा ने अनेक बार कहा है कि हमको आवाज़ से भी परे जाना है।

“सबसे गन्दी बीमारी है बाइसकोप। अच्छे बच्चे भी बाइसकोप में जाने से खराब हो जाते हैं। इसलिए ब्रह्मा कुमार-कुमारियों को बाइसकोप में जाना मना है। ... यह है बेहद का बाइसकोप। ब्रेहद के बाइसकोप से ही फिर यह हद के झूठे बाइसकोप निकले हैं।”

सा.बाबा 7.10.05 रिवा.

“फिल्मी कहानियों की किताबें, नॉविल्स आदि भी बहुत पढ़ते हैं। बाबा बच्चों को खबरदार करते हैं - कभी भी कोई नॉविल्स आदि नहीं पढ़ना है। ... कोई बी.के. भी नॉविल्स पढ़ते हैं। इसलिए बाबा सब बच्चों को कहते हैं - कभी भी किसको नॉविल्स पढ़ता देखे तो झट उठाकर फाड़ दो। इसमें डरना नहीं है। तुम्हारा काम है एक-दो को सावधान करना। ... फिल्मी कहानियां, नॉविल्स पढ़ना-सुनना बेकायदे है।”

सा.बाबा 5.11.05 रिवा.

“समझकर उस खुशी से समझाना चाहिए। परन्तु यह उमंग उनको आयेगा, जो तकदीरवान होंगे। दुनिया के मनुष्य तो रत्नों को भी पत्थर समझकर फेंक देंगे। ... अभी तुम डायरेक्ट ज्ञान सागर से सुनते हो तो फिर और कुछ भी सुनने की दरकार ही नहीं है।”

सा.बाबा 27.8.05 रिवा.

यह अटल सिद्धान्त है कि हम जिसका साहित्य पढ़ते हैं या सुनते हैं, उसकी याद सूक्ष्म में बुद्धि में रहती ही है या उसका काल्पनिक या सत्य चित्र सूक्ष्म में अन्तःपटल पर अवश्य अंकित रहता है। उस समय परमात्मा की याद रह नहीं सकती। यह नियम है कि मन-बुद्धि में एक समय एक की ही याद रह सकती है।

परमात्मा की याद और गीत-कवितायें

वास्तव में परमात्मा की याद के लिए गीत-कविताओं की भी कोई आवश्यकता नहीं है। परमात्मा की याद के लिए गीत-कवितायें, भजन-कीर्तन आदि तो भक्ति मार्ग की रस्म-रिवाज़ है। ज्ञान मार्ग में तो आवाज़ से भी परे जाकर परमात्मा को याद करना होता है अर्थात् परमात्मा को यथार्थ रीति याद करने के लिए तो आत्मा को देह और देह की दुनिया को भूल कर अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर परमधाम में परमात्मा को याद करना होता है। आत्मा का मूल स्वरूप आवाज़ से परे है और परमात्मा का मूल निवास स्थान परमधाम है, जहाँ आवाज़ की गम नहीं है। भल व्यर्थ चिन्तन से मुक्त होने के लिए गीत कवितायें कुछ सहयोग करती हैं परन्तु गीत-कवितायें सुनते हुए परमात्मा की याद यथार्थ याद नहीं कही जायेगी। बाबा ने कहा है और सत्यता भी यही है कि यथार्थ याद के समय सुनना-देखना भी बन्द हो जाता है। जब परमात्मा की यथार्थ याद होती है तो कुछ देखने या सुनने की इच्छा भी नहीं होती है।

वास्तव में इस ज्ञान मार्ग में गीत-कविताओं की कोई आवश्यकता नहीं है, इसमें तो शान्ति में रहकर बाप को याद करना है परन्तु बाबा ने ये भी कहा कुछ अच्छे-अच्छे गीत अपने पास रखने चाहिए, जो जब मन में कोई उलझन हो, उदासी हो, तब बजाओ तो तुम उमंग में आ जायेंगे और दुख की लहर मिट जायेगी।

अनेक बार हमने देखा कि साकार बाबा को कोई गीत-कविता आदि सुनाता था तो बाबा उसे प्यार से सुनते तो थे लेकिन साथ-साथ समझानी भी देते थे कि बच्चे आवाज से परे जाना है, अन्तर्मुख रहकर बाप को याद करना है।

“आठ-दस गीत हैं, जिनको सुनने से खुशी का पारा चढ़ जाता है। देखो अवस्था में कुछ गड़बड़ है तो गीत बजा लो। ये हैं खुशी के गीत। बाप युक्तियाँ बताते हैं अपने को हर्षितमुख बनाने की।”

सा.बाबा 13.10.05 रिवा.

“शान्ति में रहकर थोड़े अक्षर ही बोलने हैं, जास्ती आवाज नहीं। बाबा यह गीत, कवितायें आदि कुछ भी पसन्द नहीं करते। तुमको बाहर वाले मनुष्यों से रीस नहीं करनी है।”

सा.बाबा 29.10.05 रिवा.

“यह है अजपाजाप। मुख से कुछ बोलना नहीं है। गीत भी स्थूल हो जाता है। बच्चों को सिर्फ बाप को याद करना है। नहीं तो गीत आदि याद आते रहेंगे। तुमको आवाज से परे जाना है। बाप का डायरेक्शन है ही - मन्मनाभव। बाप थोड़ेही कहते हैं गीत गाओ, रड़ी मारो। मेरी महिमा गायन करने की भी दरकार नहीं है।”

सा.बाबा 11.11.05 रिवा.

“यह साक्षात्कार आदि की सब ड्रामा में नूँध है। जो जैसी भावना रखते हैं, उसका साक्षात्कार हो जाता है। ... इन गीतों आदि की भी ड्रामा में नूँध है। कब उदास हो जाते हो तो ये अच्छे-अच्छे गीत बजाओ तो खुशी में आ जायेंगे।”

सा.बाबा 15.10.05 रिवा.

“यहाँ तो बाबा रिकार्ड आदि बजाना भी पसन्द नहीं करते हैं। आगे चलकर शायद यह भी बन्द हो जायें। ... यह पढ़ाई है। बच्चे जानते हैं - हम राजयोग सीख रहे हैं।”

सा.बाबा 5.9.06 रिवा.

“ज्ञान मार्ग में गीत आदि नहीं गाया जाता है, न बनाया जाता है और न जरूरत है क्योंकि गाया हुआ है - बाप से सेकेण्ड में जीवनमुक्ति का वर्सा मिलता है, उसमें गीत आदि की कोई बात ही नहीं। ... अब तुम बच्चों को बाप मिला है तो खुशी का पारा चढ़ना चाहिए। बाप ने 84 जन्मों के चक्र का ज्ञान भी सुनाया है।”

सा.बाबा 9.10.06 रिवा.

“बच्चों ने गीत सुना तो बुद्धि में किसकी याद आई? सबकी बुद्धि में है कि पतित-पावन एक बाप है। ... यह है ही एक पतित-पावन बाप की महिमा। पतित-पावन, सर्व का सद्गतिदाता, गॉड फादर एक बाप को ही कहते हैं।”

सा.बाबा 1.9.08 रिवा.

परमात्मा की याद और खान-पान अर्थात् अन्न

मानव जीवन दो बातों से अस्तित्व में आया है। एक है ज्ञानमय और दूसरी है अन्नमय। दोनों के विषय में बाबा ने ज्ञान भी दिया है और उनकी सफलता के लिए श्रीमत भी दी है। खान-पान के विधि-विधान के विषय में भी बाबा ने कहा है कि ब्राह्मण किसी शूद्र के हाथ का बनाया हुआ खा नहीं सकते और यदि खाते हैं तो उसका असर मन-बुद्धि पर अवश्य होता है और उनको परमात्मा की यथार्थ याद रह नहीं सकती। अन्न का असर मन पर अवश्य पड़ता है और मन का असर अन्न पर अवश्य पड़ता है। जो व्यक्ति जिस भावना, दृष्टि-वृत्ति, स्मृति से भोजन बनाता है, भोजन बनाते समय जैसी उसकी याद होती है, उनसे उसके वायब्रेशन उस भोजन में समाहित होते हैं और उसको उस अनुरूप बना देते हैं। जैसी स्मृति होती है, वैसा संकल्प होता है और वैसा ही प्रकम्पन दृष्टि-वृत्ति और त्वचा से प्रवाहित होते हैं और भोजन को प्रभावित करते हैं। इस सत्य को जानते हुए ही बाबा ने अन्न की बहुत परहेज बताई है। जिस व्यक्ति का दिया हुआ अन्न हम खाते हैं, उसका प्रभाव भी हमारी याद पर पड़ता है, इसलिए बाबा ने कहा है - किसी पतित का दिया हुआ अन्न नहीं खाओ।

यदि किसी की परिस्थितियां असामान्य हैं तो उसको भी बाबा से व्यक्तिगत राय लेनी

है और बाबा की श्रीमत लेकर खायेगा तो बाबा उसके लिए रेस्पान्सिबुल हो जायेगा अर्थात् बाबा उसको मदद करेगा। उसमें भी बाबा ने कहा है कि तुम उतना ही अधिक बाबा की याद करके खाओ, जिससे वह अपवित्र भोजन भी पवित्र बन जाये। परन्तु यह श्रीमत सार्वजनिक रूप में नहीं दी है अर्थात् सबके लिए नहीं है।

इस सम्बन्ध में हठयोग के प्रणेता महर्षि पातन्जलि के पातन्जलि योगदर्शन के एक भाष्य-कर्ता ने अपने भाष्य में लिखा है - यदि योगी के हाथ का भोजन भोगी खाये तो एक दिन भोगी योगी हो जायेगा और यदि भोगी के हाथ का भोजन एक योगी खाता रहे तो एक दिन योगी भोगी अवश्य बन जायेगा।

अन्न के सम्बन्ध में बाबा ने ये भी कहा है कि किसी पतित का दिया हुआ अन्न, पतित के द्वारा दिये गये धन से खरीदा अन्न भी तुम्हारे पेट में नहीं जाना चाहिए। इसलिए ऐसे देने वालों की पहले सेवा करो, फिर वे कुछ देते हैं तो ही उसे स्वीकार करो। यदि कोई ऐसा धन आता है तो जहाँ तक सम्भव हो, उसको सेवा में लगाओ परन्तु भोजन में प्रयोग नहीं करो। इसलिए ही बाबा ने मुरलियों में कहा है कि सन्यासी पतितों का अन्न खाते हैं तो उनको पतितों के पास जन्म लेना होता है क्योंकि उसका भी हिसाब-किताब बनता है, ऐसे अन्न को खाने वालों को परमात्मा की यथार्थ रीति याद नहीं रह सकती है।

हमारे खान-पान से याद का गहरा सम्बन्ध है। जैसा हमारा खानपान होगा, उस अनुसार हमारी याद रहेगी और जैसी हमारी याद होगी, उसका प्रभाव हमारे खान-पान पर पड़ता है।

“शुद्ध अन्न पेट में पड़ता है तो ब्रह्मा का, कृष्ण का, शिवबाबा का साक्षात्कार हो सकता है। ... शिवबाबा को याद करते भोजन बनायेंगे तो बहुतों का कल्याण हो सकता है। उस भोजन में ताकत भर जाती है। ... ब्रह्मा भोजन का गायन भी है ना।”

सा.बाबा 20.10.04 रिवा.

“यह नॉलेज कितनी वण्डरफुल है, जिसको तुम्हारे सिवाए कोई नहीं जानते हैं। बाप की याद में रहने बिगर धारणा भी नहीं होगी। खान-पान आदि का भी फर्क पड़ने से धारणा में फर्क पड़ जाता है। इसमें प्योरिटी बड़ी अच्छी चाहिए।”

सा.बाबा 22.1.05 रिवा.

“भोग लगाया तो ब्रह्मा भोजन हो गया ना। अगर भोग लगाकर, याद करके नहीं खाया तो साधारण खाना हो गया, उसमें ताकत नहीं आयेगी, पेट भरेगा लेकिन आत्मा में शक्ति नहीं आयेगी।”

अ.बापदादा 25.12.89 पार्टी 4

“बाप सम्मुख बैठ समझाते हैं - मैं तुमको ऐसा कर्म करना सिखाता हूँ, जिससे तुम्हारे विकर्म नहीं बने। किसी को दुख नहीं दो, पतित मनुष्य का अन्न नहीं खाओ, विकार में मत जाओ।”

सा.बाबा 11.8.69 रिवा.

“वाणी द्वारा भी उल्टा संग का रंग लग जाता है। इससे भी अपने को बचाना और फिर अन्न का संगदोष भी है। अगर कब भी किसके भी समस्या अनुसार वा कोई सम्बन्धी के स्नेह के वश भी अन्नदोष में आ गई तो यह अन्न भी अपने मन को संग के रंग में ला देता है।”

अ.बापदादा 11.6.71

“सभी से ग्लानि की चीज है विकार। सन्यासियों में भी थोड़ा क्रोध रहता है क्योंकि ‘जैसा अन्न वैसा मन’, गृहस्थियों का ही खाते हैं। कोई अनाज नहीं खाते, पैसे तो लेते हैं ना। पतितों का उसमें भी असर तो रहता है ना।”

सा.बाबा 2.8.71 रिवा.

“तुम हो ब्राह्मण, तुमको शूद्र के हाथ का खाना नहीं है। बाप को याद जरूर करना है। लाचारी हालत में खाओ तो भी याद कर खायेंगे तो ताकत भर जायेगी। परन्तु तुम याद कर खाते कहाँ हो।”

सा.बाबा 18.6.71 रिवा.

“हम विश्व के मालिक थे, अभी फिर बन रहे हैं। ... यह सब बातें तुम बच्चों की ही बुद्धि में हैं तो तुमको कितनी खुशी रहनी चाहिए। यह बातें सुनकर फिर दूसरों को भी सुनानी हैं। ... भोजन भी तुम योग में रहकर बनाओ और खिलाओ तो बुद्धि इस तरफ खिंचेगी।”

सा.बाबा 7.11.05 रिवा.

“अगर धन भी अशुद्ध आता है तो वह अशुद्ध धन खुशी को गायब कर देता है, चिन्ता लाता है ... और शुद्ध अन्न मन को शुद्ध बना देता है, इसलिए धन भी शुद्ध हो जाता है। याद के अन्न का महत्व है। ... याद में बनाया हुआ और याद में स्वीकार करने वाला अन्न दवाई का भी काम करता है और दुआ का भी काम करता है।”

अ.बापदादा 16.2.88

“बाबा की याद में रहकर भोजन भी अपने हाथ से बनाना है। ... तुम्हारा भी कल्याण होगा और याद में रहने से चीज़ भी अच्छी बनेंगी। ... तुम जानते हो हम अभी स्थापना कर रहे हैं, राजयोग से श्रीमत पर भारत को स्वर्ग बना रहे हैं।”

सा.बाबा 6.7.06 रिवा.

“ब्रह्मा भोजन की महिमा अपरमअपार है। इससे तुम पवित्र बन पवित्र दुनिया का मालिक बनते हो ... जैसे पतिव्रता स्त्री पति के सिवाए और किसी को भी याद नहीं करती। ऐसे तुम बच्चे भी बाप की याद में रहकर भोजन बनाओ और खाओ तो बहुत बल मिलेगा।”

सा.बाबा 12.10.06 रिवा.

“शिवबाबा को याद कर भोजन बनायें और याद में रहकर खाओ तो तुम्हारी अवस्था बहुत अच्छी हो जाये। ... वह भी बच्चों की बुद्धि में बैठता नहीं है। नहीं तो बहुत पुरुषार्थ करें। बाबा को तो दिल होती है कि अपने हाथ से शिवबाबा को याद करते भोजन बनाऊं।”

सा.बाबा 19.9.08 रिवा.

परमात्मा की याद और बुद्धि का भोजन

जैसे आत्मा के उत्थान और पतन में स्थूल अन्न का महत्वपूर्ण प्रभाव है, वैसे ही सूक्ष्म भोजन अर्थात् बुद्धि के भोजन का भी महत्वपूर्ण प्रभाव है। दोनों के आधार पर ही जीवात्मा का उत्थान और पतन होता है। आत्मा सूक्ष्म कर्मेन्द्रियों (आंख, कान, स्वचा आदि) से जो ग्रहण करता है, वह बुद्धि द्वारा अन्दर हज़म होता है अर्थात् संकल्प में चलता है और उसका प्रभाव हमारे अन्तःपटल पर पड़ता, उससे हमारी याद प्रभावित होती है अर्थात् आंख से देखी, कान से सुनी, त्वचा से स्पर्श की हुई चीज की याद आती है, उसकी आकर्षण होती है और जिस समय आत्मा को इन्द्रियों के रसों की आकर्षण होती है, उस समय परमात्मा की याद नहीं रहती है। वह इन्द्रियों के आकर्षण से इन्द्रियों के रसों की याद फिर हमारे भविष्य कर्म, संस्कारों और जीवन को प्रभावित करती है। इसलिए बाबा ने इन सब बातों के लिए श्रीमत दी है। इसलिए बाबा ने स्पर्श आदि की भी परहेज बताई है। दूसरे के विस्तर पर या दूसरों के प्रयोग किये हुए वस्त्र आदि के प्रयोग के लिए भी बाबा ने परहेज बताई है क्योंकि इन सबका हमारी याद पर प्रभाव पड़ता है।

“जैसे मलेच्छ भोजन की बदबू समझ में आ जाती है, वैसे मलेच्छ संकल्प रूपी आहार स्वीकार करने वाली आत्माओं के वायब्रेशन से बुद्धि में स्पष्ट टर्चिंग होती है।”

अ.बापदादा 28.10.75

“कार्य में दिव्यता ही सफलता का आधार है। दिव्य बुद्धि की निशानी है - हर कर्म में दिव्यता। ... दिव्य बुद्धि प्राप्त करने वाली आत्मायें सदा अदिव्य को भी दिव्य बना देती हैं। ... दिव्य बुद्धि अर्थात् पारस बुद्धि। ... अभी दिव्य बुद्धि के वरदान को कार्य में लगाओ।”

अ.बापदादा 12.11.92 पार्टी 4

“बाबा हम आपकी श्रीमत पर जरूर चलेंगे। ऐसे-ऐसे अपने अन्दर अपने से बातें करनी होती हैं। ... हम कल्प-कल्प आपको भूल जाते हैं ... याद से ही बाप का वर्सा मिलेगा। ... यह रुहानी भोजन मिलता है, उसको फिर उगारना चाहिए।”

सा.बाबा 5.01.06 रिवा.

बुद्धि के भोजन की अर्थात् ज्ञानेन्द्रियों से अशुद्ध बातों को ग्रहण करने की परहेज रखने से ही हमारी याद की यात्रा सफल होगी, आत्मा पावन बनेगी और बाप की याद स्थिर होगी और हम कर्मातीत बनकर सहज परमात्मा के साथ घर वापस जा सकेंगे।

परमात्मा की याद और संग

जैसे अन्न हमारी याद को प्रभावित करता है, वैसे ही संग भी याद को प्रभावित करता है अर्थात् जिसका संग होता है, उसकी याद स्वतः रहती है। इसीलिए गायन है - 'जैसा संग, वैसा रंग' अर्थात् जैसा संग होता है, वैसी ही याद होती है और जैसी याद होती है, वैसी स्थिति होती है। संग केवल स्थूल में ही नहीं होता है लेकिन मन से भी संग होता है। जीवात्मा जिसको याद करता है, वह सूक्ष्म में उसके साथ रहता है, उसके गुण धर्म उस पर प्रभावित होते हैं और जीवात्मा जिसके स्थूल में संग में रहता है, तो जब वह स्थूल में साथ नहीं होता है तो भी उसकी स्मृति आती रहती है। इसलिए इस दोनों प्रकार के संग की बहुत परहेज चाहिए। परचिन्तन भी एक प्रकार का कुसंग ही है अर्थात् परचिन्तन वाला कब परमात्मा को याद कर नहीं सकता क्योंकि जिसका चिन्तन करता है, उसकी ही याद बुद्धि में होगी। इसलिए याद की सफलता के लिए कुसंग से बचना अति आवश्यक है।

गलत स्थान में जाने का भी अवस्था पर असर हो जाता है क्योंकि वहाँ का दूषित वातावरण आत्मा को प्रभावित करता है अर्थात् उस वातावरण, वस्तुओं और व्यक्तियों की याद आती रहती है।

“एक होता रियल लव, दूसरा होता है आर्टिफिशियल लव। बाप से लव तब हो, जब अपने को आत्मा समझें। ... एक तो बाजार की छी-छी गन्दी चीजें न खाओ और मामेकम् याद करो। ... संग भी अच्छा चाहिए, जिसको बाइसकोप की आदत पड़ी वे पतित बनने बिगर रह नहीं सकेंगे।”

सा.बाबा 18.5.05 रिवा.

“जो समीप रहने वाले होते हैं, उनमें समीप रहने वाले के गुण स्वतः और सहज ही आ जाते हैं। इसलिए कहा जाता है कि संग का रंग अवश्य लगता है। ... वैसे ही कुसंग में रहने वाली आत्माओं का मायावी रंग भी छिप नहीं सकता।”

अ.बापदादा 19.4.73

“चाहे मन्सा संकल्प में, चाहे सम्पर्क वा सम्बन्ध में किसी भी प्रकार से माया का जरा भी इफेक्ट होने का कारण डिफेक्ट होता है। ... संगदोष, अन्नदोष न हो, उसके तरीके जानते हो तो अपने को इफेक्ट-प्रूफ भी कर सकते हो। ... अगर सदा ज्ञान अर्थात् सेन्स में रहे तो

सेन्सीबुल कभी किसके इफेक्ट में नहीं आता है।”

अ.बापदादा 26.6.72

“अगर बुद्धि की लगन सदा एक के संग में है तो अनेक संग का रंग लग नहीं सकता। बुद्धि की लगन कम होने का कारण अनेक प्रकार के संग के आकर्षण अपनी तरफ खींच लेते हैं।”

अ.बापदादा 22.6.71

“बुरा न देखना, न सुनना, न बोलना, न सोचना। अगर इस आज्ञा को सदैव स्मृति में रखेंगे तो फिर सदा हंस बनकर बाप जो सर्व गुणों का सागर है, उस सागर के किनारे पर सदैव बैठे रहेंगे।”

अ.बापदादा 11.6.71

“तो सदा संगदोष से बचना है और ईश्वरीय संग में रहना है। एक संग छोड़ना है और एक संग जोड़ना है। ईश्वरीय संग सिर्फ शरीर से नहीं होता लेकिन बुद्धि द्वारा भी ईश्वरीय संग में रहना है।”

अ.बापदादा 11.6.71

“वृत्ति और स्मृति दोनों ही पुरुषार्थ में आगे बढ़ने में सहयोगी होते हैं। स्मृति बनती है संग से और वृत्ति बनती है वातावरण व वायुमण्डल से।... तो आप लोगों को अमृतवेले से लेकर रात तक सारा दिन यही श्रेष्ठ संग हैं, शुद्ध वातावरण है और शान्त वायुमण्डल है।... तो स्मृति और वृत्ति सहज ही श्रेष्ठ हो सकती है।”

अ.बापदादा 20.2.74

“तुम हो अभी संगमयुग पर, पुरुषोत्तम बनने का पुरुषार्थ कर रहे हो। विकारी पतित मनुष्यों से तुम्हारा कोई कनेक्शन नहीं है। हाँ, अभी कर्मातीत अवस्था नहीं हुई है, इसलिए कर्म सम्बन्धों से भी दिल लग जाती है।... बाप से लव नहीं, लव सारा मित्र-सम्बन्धियों में चला जाता है।... कहाँ वह जंक खाया हुआ संग और कहाँ यह संग।”

सा.बाबा 23.9.05 रिवा.

“ब्राह्मण जीवन में ऐसे पवित्र बनते हो जो शरीर और प्रकृति को भी पवित्र बना देते हो।... सबसे अच्छे ते अच्छा रंग कौनसा है? बाप के संग का रंग। जैसा संग होता है, वैसा रंग लगता है।... बाप के संग में रहो तो रंग आप ही लग जायेगा।”

अ.बापदादा 7.3.93

“अपनी कमजोरी मुश्किल बना देती है, बाकी मुश्किल है नहीं। कमजोर क्यों होते हैं क्योंकि कोई न कोई विकारों के संगमदोष में आ जाते हैं। सत का संग किनारे हो जाता है और दूसरा संगदोष लग जाता है।”

अ.बापदादा 4.12.91 पार्टी 2

“याद करते-करते थक जाते हैं तो चलना बन्द कर देते हैं और संग ऐसा मिल जाता है जो बाप को और पढ़ाई को ही छोड़ देते हैं। इसलिए कहा जाता संग तारे, कुसंग बोरे।... परीक्षायें तो आयेंगी, उनको पास करना है, घबराना नहीं है।”

सा.बाबा 27.10.08 रिवा.

परमात्मा की याद के लिए विषय वस्तु

आत्मा को परमात्मा की यथार्थ रीति याद रहे, जिससे आत्मा और समग्र विश्व का कल्याण हो, उसके लिए यथार्थ ज्ञान अति आवश्यक है, इसलिए ही ज्ञान-सागर परमपिता परमात्मा ने आकर ज्ञान दिया है। बाबा ने योग अर्थात् याद के लिए ज्ञान भी दिया और परमात्मा की याद के किन-किन बातों की आवश्यकता है, उसका भी ज्ञान दिया है। जब वह सब ज्ञान बुद्धि में होगा तब ही याद की यात्रा सही रीति होगी अर्थात् याद की यात्रा सफल होगी। उस ज्ञान में मुख्यता निम्न बातों का ज्ञान परमात्मा ने दिया है, उसके विषय में कुछ विचार करेंगे।

आत्मा-परमात्मा का ज्ञान

याद और परमात्मा के अवतरण का ज्ञान अर्थात् परमात्मा के साकार और निराकार स्वरूप का ज्ञान

याद और परमात्मा की ब्रह्मा तन में प्रवेशता और उसमें याद का विधि-विधान

याद और ब्राह्मण कुल का ज्ञान और याद

याद और विश्व-नाटक का ज्ञान

याद और स्वर्ग-नर्क का ज्ञान

याद और कल्प-वृक्ष का ज्ञान

याद और तीन लोकों का ज्ञान

याद और कर्म एवं कर्मफल का ज्ञान

याद और संगमयुग का ज्ञान

याद और विभिन्न धर्मों का ज्ञान

आदि-आदि

आत्मा-परमात्मा का ज्ञान

आत्मा जब देहाभिमान के वश पतित हो जाती है, कर्म-संस्कार गिर जाते हैं, जिनके फलस्वरूप दुख-अशान्ति का अनुभव करती है, तब ही उस दुख-अशान्ति से मुक्त होने के लिए परमात्मा को पतित-पावन के रूप में याद करती है। इससे सिद्ध है कि परमात्मा की याद से ही आत्मा पावन बनती है। सभी धर्म वाले किसी न किसी रूप में परमात्मा को याद अवश्य करते हैं परन्तु यथार्थ ज्ञान न होने के कारण जिस लक्ष्य से याद करते हैं, वह सफल नहीं होता

है। अभी परमात्मा ने बताया है कि आत्मा को परमात्मा को कैसे याद करना है, जिससे आत्मा के विकर्म विनाश हों, आत्मा पावन बनें, आत्मा में शक्ति संचित हो, जिससे वह अगले कल्प में पार्ट बजा सके और आधे कल्प के लिए पुण्य का खाता जमा हो। आत्मा का परमात्मा से योग कैसे होता है, वह ज्ञान भी दिया है और अनुभव कराया है। जब आत्मा को आत्मा और परमात्मा का यथार्थ ज्ञान होता है और उस ज्ञान के साथ आत्मा परमात्मा को याद करती है, तब ही आत्मा पावन बनती है। आत्मा से देहाभिमान खत्म होता है और आत्मा आत्माभिमान बनती है, आत्मा में शक्ति आती है। परमात्मा आत्मा को अपने साथ के सर्व सम्बन्धों की याद दिलाते हैं और अनुभव कराते हैं, जिससे आत्मा परमात्मा से सर्व सम्बन्धों के रूप में याद कर सर्व सम्बन्धों का सुख अनुभव करती है।

“ऐसे सच्ची दिल के स्नेही बच्चे जो दिल से बाप को याद करते हैं, वे सदा ही बाप की याद में बाप के दिल तख्तानशीन बनते हैं। बापदादा ऐसे स्नेही बच्चों को विशेष अमृतवेले कोई न कोई विशेष वरदान देते हैं क्योंकि वे स्नेह देने वाले दिल के स्नेही बच्चे बापदादा को भी अपने तरफ खींच लेते हैं क्योंकि दिल का सच्चा स्नेह है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“देहाभिमान को तोड़ना है। बाप को याद कर बहुत खुशी में रहना है। मात-पिता से हमको बहुत सुख घनेरे मिलते हैं।”

सा.बाबा 22.11.08 रिवा.

“एक है नॉलेज के आधार से स्नेह और दूसरा है दिल के प्यार से स्नेह। तो चेक करो दिल का प्यार है? प्यार वाले को भूलना मुश्किल होता है। ... सभी सुन रहे हैं ना। भले निमित्त फॉरेनर्स लेकिन सभी सुन रहे हैं। ... खुदा को दोस्त बनाया है?”

अ.बापदादा 5.02.09 डबल विदेशी

“तुम्हारे ज्ञान के वाण बहुत अच्छे हैं, परन्तु उनमें योग का जौहर चाहिए। जैसे तलवार में भी जौहर होता है तो उसकी वेल्यू अधिक होती है। ... बच्चों में भी ऐसे हैं। कोई में ज्ञान बहुत है लेकिन योग का जौहर कम है।”

सा.बाबा 12.02.09 रिवा.

याद और परमात्मा के अवतरण का ज्ञान अर्थात् परमात्मा के साकार और निराकार स्वरूप का ज्ञान /

याद और परमात्मा की ब्रह्मा तन में प्रवेशता और उसमें याद का विधि-विधान

याद और ब्राह्मण कुल का ज्ञान

परमात्मा ने अपने साकार और निराकार दोनों स्वरूपों का ज्ञान दिया है, उनकी ब्रह्मा तन में कैसे प्रवेशता होती है और उसमें कैसे उनको याद करना चाहिए, वह भी बताया है।

बाबा ने कहा है - इन ब्रह्मा की गोद में आते हो तो पहले निराकार परमात्मा को याद करके इनकी गोद में आओ। यदि निराकार परमात्मा को भूलकर ब्रह्मा को याद करते हो तो तुम व्यभिचारी बन जाते हो। बाबा ने कहा है - तुमको अपना ब्राह्मण कुल भी याद रहना चाहिए, उसका नशा होगा तब ही तुम संगमयुग के कर्तव्य कर सकोगे।

“हम अभी ब्राह्मण कुल के हैं। जब तुम बाप को याद करते हो तो ब्रह्मा को भी याद करना पड़े। ... तुमने सगाई शिव के साथ की है, न कि ब्रह्मा से। तो याद भी शिव को ही करना है। दलाल के चित्र की जरूरत नहीं। ... इनको भी दलाली मिल जाती है, सगाई का भी मिलता है ना।”

सा.बाबा 5.03.09 रिवा.

“फोटो को देखते रहेंगे तो दुर्गति हो जायेगी। ... समझते हैं इनका शिव बाबा से योग टूटा हुआ है, तब कहते हैं बाबा हमारे साथ फोटो निकालो। बाबा को यह फोटो आदि निकालना अच्छा नहीं लगता। कहाँ साकार में फंस कर मर न जायें।”

सा.बाबा 16.7.72 रिवा.

“बाबा आये हैं मुरली चलाकर चले जायेंगे। इनकी बुद्धि भी वहाँ रहती है। ... इनमें शिवबाबा ही न होगा तो याद क्यों करेंगे। ... तुम याद वहाँ करो। ... ऐसे नहीं सिर्फ इनको बैठ देखना है। बाबा ने समझाया है शिव बाबा को याद कर फिर इनकी गोद में आना है। नहीं तो पाप हो जायेगा।”

सा.बाबा 12.11.73 रिवा.

याद और विश्व-नाटक का ज्ञान / याद और स्वर्ग-नर्क का ज्ञान

याद के पुरुषार्थ में सफलता पाने के लिए आत्मा-परमात्मा के ज्ञान के साथ इस विश्व-नाटक का ज्ञान भी परमावश्यक है। विश्व-नाटक के यथार्थ ज्ञान से आत्मा संकल्प-विकल्पों से सहज मुक्त हो जाती है, जिससे आत्मा को परमात्मा की याद सहज रहती है क्योंकि आत्मा को परमात्मा की याद में ये संकल्प-विकल्प ही बाधक है, इसलिए बापदादा विशेष संकल्पों को नियन्त्रित करने की ड्रिल सिखाते हैं। बाबा ने इस विश्व-नाटक के हू-ब-हू पुनरावृत्त होने का जो ज्ञान दिया है, वह इस ड्रिल में बहुत सहयोगी है।

बाबा कहते हैं - बाप, घर परमधाम की याद के साथ नई दुनिया को भी याद करना है क्योंकि घर जाकर तुमको नई दुनिया में आना है तो नई दुनिया के संस्कार तो यहाँ ही धारण करने होंगे। नई दुनिया स्वर्ग को याद करने से पुरानी दुनिया अर्थात् नर्क की याद सहज भल जाती है और नई दुनिया के नये संस्कार जागृत होते हैं।

“पतित तो सतयुग में जायेंगे नहीं। जितना याद करेंगे, उतना ही पवित्र बनेंगे। प्योरिटी से धारणा अच्छी होगी। पतित न याद कर सकेंगे, न धारणा होगी। ... जिसने जितनी कोशिश कल्प पहले की है, उतनी करते हैं। जो कल्प पहले हुआ है, वही होगा। ऐसे नहीं कि अभी 4 घण्टा याद करते हो तो दूसरे कल्प में जास्ती करेंगे।”

सा.बाबा 12.1.69 रात्रि क्लास

“बाबा तो बार-बार कहते हैं - अपने को आत्मा समझो, अभी हमको वापस जाना है। सभी एक्टर्स अपना-अपना पार्ट बजाते हैं, सब शरीर छोड़कर वापस घर जायेंगे, तुम सबका पार्ट साक्षी होकर देखो। ... विदेही नहीं बनते हो, इसलिए विकर्म विनाश नहीं होते। बाप को याद करते रहें तो खुशी का पारा चढ़ा रहे।”

सा.बाबा 31.10.08 रिवा.

“यह पढ़ाई है। पढ़ाई से रोशनी मिलती है। ... यह नॉलेज ही नई है, जो एक बाप ही बतलाते हैं। ... परमपिता परमात्मा को ही ज्ञान का सागर कहा जाता है। बेहद की हिस्ट्री-जॉग्राफी भी समझाते हैं। स्वर्ग और नर्क के विस्तार का भी ज्ञान सुनाते हैं। इसमें ज्ञान भी है, योग भी है, पढ़ाई भी है, भक्ति भी है।”

सा.बाबा 23.10.08 रिवा.

“यह गीता का ज्ञान नॉलेजफुल बाप खुद आकर देते हैं तो जरूर एक्च्यूरेट नॉलेज ही देंगे। फिर हर एक का मदार है धारणा पर। जो सुनते हो, वह प्रैक्टिकल में आता रहे। कोई डिफीकल्टी नहीं है। बाप को याद करना है और चक्र को जानना है।”

सा.बाबा 11.01.69

“सदैव बुद्धि में यह रखना है कि अब यह नाटक पूरा हुआ है, अब हम जा रहे हैं। चलते-फिरते, उठते-बैठते याद रहे कि अब हमको वापस जाना है। मन्मनाभव, मध्याजी भव का यही अर्थ है।”

सा.बाबा 26.11.08 रिवा.

याद और कल्प-वृक्ष का ज्ञान

कल्प-वृक्ष के ज्ञान से ही आत्मा को अपने पूर्वजपन की स्मृति जागृत होती है, जिससे पूर्वजपन के कर्तव्य की स्मृति जागृत होती है, जिसको सम्पन्न करने के लिए परमात्मा की याद स्वतः आती है क्योंकि परमात्मा ने ही इस सत्य का ज्ञान दिया है और परमात्मा की याद के बिना आत्मा का न स्वयं का कल्याण है और न ही वह अन्य आत्माओं का कल्याण करने में समर्थ हो सकती है। कल्प-वृक्ष के ज्ञान से आत्मा को अपने पूर्वजपन की याद आती है, आत्माओं के साथ सम्बन्ध की याद आती है, जिससे वह परमात्मा की याद में रह अन्य आत्माओं के कल्याणार्थ भी पुरुषार्थ करती है। कल्प-वृक्ष के ज्ञान से ही आत्मायें कल्प-वृक्ष

की नई कलम लगाने का पुरुषार्थ करती हैं। कल्प-वृक्ष के ज्ञान से ब्राह्मण आत्माओं को यह याद रहती है कि हम आत्माओं पर सारे विश्व की आत्माओं के उत्थान-पतन, सुख-दुख का आधार है।

“यह मनुष्य सृष्टि का झाड़ है। झाड़ कभी लाखों वर्ष का होता है क्या ? ... धर्म-स्थापक अकेले आते हैं, फिर बाद में वृद्धि होती है। झाड़ का फाउण्डेशन देवी-देवता धर्म है, उनसे फिर 3 मुख्य ट्यूब निकलते हैं। फिर छोटे-छोटे मठ-पंथ आते हैं और वृद्धि होती जाती है। ... सबको नीचे आना ही है। अब तुमको सारी नॉलेज मिल रही है।”

सा.बाबा 13.02.09 रिवा.

“इस मनुष्य सृष्टि रूपी झाड़ का राज बाप ही बताते हैं। वह बागवान भी है। ... कितना फर्स्टक्लास खुदाई बगीचा था, जो अभी शैतानी बगीचा बन गया है। ... इन बॉम्बस आदि से विनाश होना है जरूर। अगर विनाश न हो तो सतयुग कैसे आयेगा। यह तो बिल्कुल साफ है। भल दिखाते हैं - महाभारी महाभारत लड़ाई लगी, 5 पाण्डव बचे।”

सा.बाबा 2.02.09 रिवा.

“जितना याद करेंगे और स्वदर्शन चक्र फिरता रहेगा, उतना ही फायदा है। बीज को याद करने से झाड़ भी याद आयेगा। ... यह बड़े मजे की नॉलेज है। परन्तु तकदीर में नहीं है तो बुद्धि में बैठता नहीं है।”

सा.बाबा 19.9.08 रिवा.

याद और तीन लोकों का ज्ञान

परमात्मा ने जो तीन लोकों का ज्ञान दिया है, उससे ही बुद्धि में ये आया है कि परमधाम सर्व आत्माओं का घर है, जहाँ सभी आत्माओं को कल्पान्त में जाना है। इस दुनिया में तो हम पार्ट बजाने आये हैं। जैसे किसी ड्रामा में पार्ट बजाकर एक्टर्स को घर जाना होता है, ऐसे ही इस नाटक यह चक्र पूरा हो रहा है, अब हमको वापस घर जाना है। इसलिए बाबा ने कहा है - बाप की याद के साथ घर को भी याद करना है। बाबा ने कहा है - बाप को भी घर में ही याद करना है।

याद और कर्म एवं कर्मफल का ज्ञान

याद के पुरुषार्थ में सफलता प्राप्त करने के लिए कर्म की गहन गति का ज्ञान भी अति आवश्यक है। यह विश्व-नाटक कर्म और फल पर आधारित एक घटना-चक्र है,

इसलिए जब कर्म की गति का यथार्थ ज्ञान होता है, तब ही आत्मा को परमात्मा की आकर्षण होती है, उनकी याद आती है। परमात्मा की याद से ही आत्मा का पुराने विकर्मों का खाता खत्म होता है और परमात्मा याद में रहने से सुकर्म कर्म करके आत्मा श्रेष्ठ कर्म फल का खाता जमा करती है। हर आत्मा को अपने ही कर्मों के फल स्वरूप सुख या दुख मिलता है। इस सत्य का ज्ञान होने से आत्मा दूसरी आत्माओं को दोषी ठहराकर, उनको याद कर अपना विकर्मों का खाता और न बढ़ाकर परमात्मा को याद कर सुकर्म में प्रवृत्त होती है।

याद और संगमयुग का ज्ञान

कल्प के संगमयुग पर ही परमात्मा आकर आत्मा, परमात्मा, सृष्टि-चक्र का ज्ञान देते हैं, जिसको समझ कर आत्मायें परमात्मा को याद करती हैं, जिस याद से आत्मा और प्रकृति पावन बनती है और नई दुनिया स्वर्ग की स्थापना होती है। सृष्टि का नया चक्र आरम्भ होता है।

“ज्ञान के साथ योग का जौहर भी जरूर चाहिए। जौहर नहीं है तो गोया कुक्कड़-ज्ञानी हैं। ... ज्ञान होता है संगमयुग पर। यह समझाने की युक्ति चाहिए, बड़ा अन्तर्मुख चाहिए। शरीर का भान छोड़ अपने को आत्मा समझना है।”

सा.बाबा 12.02.09 रिवा.

याद और विभिन्न धर्मों का ज्ञान

ज्ञान सागर परमात्मा ही आकर सभी धर्मों का ज्ञान देते हैं और आदि सनातन देवी-देवता धर्म की स्थापना करते हैं। प्रायः सभी धर्मों में याद का विधि-विधान है। कुछ धर्मों में तो परमात्मा को किसी न किसी रूप में याद करते हैं और कुछ धर्म-मठ-पंथों में अपने धर्म-स्थापक को याद करते हैं। ये याद करने का विधि-विधान, जो परमात्मा आकर सिखाते हैं, उसकी रस्म-रिवाज़ भक्ति मार्ग में अन्य धर्मों में चलती है। परमात्मा जो याद का विधि-विधान सिखाते, उसका अनुभव सभी आत्माओं को कुछ न कुछ अवश्य होता है, जिसकी संचित स्मृति के आधार पर वे भक्ति मार्ग में याद करते हैं।

Q. यथार्थ रीति परमात्मा की याद कब रहेगी ?

जब परमात्मा से प्राप्त प्राप्ति का यथार्थ अनुभव होगा,

जब परमात्मा की याद के महत्व का अनुभव होगा, उसका निश्चय होगा,

जब बाह्य वस्तु और व्यक्तियों की याद के दुष्परिणामों का आभास होगा और उनसे बुद्धि

उपराम होगी,

जब संगमयुग के समय के महत्व का ज्ञान होगा,

जब परमात्मा की याद से प्राप्त अतीन्द्रिय सुख का अनुभव होगा और उसके गुण-धर्मों का ज्ञान होगा,

याद के विभिन्न प्रकार और उनका प्रभाव

परमात्मा आत्माओं का सर्व सम्बन्धी है, आत्माओं को उनसे सर्व सम्बन्धों से प्राप्ति होती है, सुख मिलता है, इसलिए आत्मा, परमात्मा को याद करती है परन्तु देश, काल, परिस्थिति, सम्बन्ध, व्यक्ति और वस्तुओं के संग आदि के आधार पर याद का स्वरूप बदलता रहता है, इसलिए याद के अनेक प्रकार हैं और उनका उस देश, काल, परिस्थिति के अनुसार याद का अलग-अलग महत्व है, अलग प्रभाव होता है, जो आत्मा के सुख-दुख में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, इसलिए उसके विषय में भी आत्मा को यथार्थ ज्ञान होगा, तब उसकी याद भी यथार्थ होगी अर्थात् परमात्मा की यथार्थ याद होगी और जीवन सुख-शान्तिमय होगा। इसलिए यहाँ परमात्मा के साथ विभिन्न सम्बन्धों के आधार पर, याद के विभिन्न क्षेत्रों अर्थात् विभिन्न प्रकार की याद पर विचार किया गया है, जिसके विषय में परमात्मा ने भी समय-समय पर अनेकानेक महावाक्य उच्चारण किये हैं।

1. एक याद करनी होती है,

एक याद स्वतः आती है,

एक याद सताती है।

जिससे आत्मा को विशेष प्राप्ति होती है, उसकी याद स्वतः आती है, ऐसे ही जिससे कोई विशेष प्राप्ति करनी होती है, उसको याद करना होता है परन्तु जिससे दिल का स्नेह होता है, उसकी याद सताती है। उसकी याद भुलाना चाहें तो भी नहीं भूलती है। परमात्मा हम आत्माओं का प्राणाधार है, उसके बिना इस जीवन का कोई महत्व नहीं है। सभी आत्मायें उनको याद करती हैं। वही आकर हम आत्माओं को मुक्ति-जीवनमुक्ति का मार्ग बताते हैं, अनुभव कराते हैं - इस सत्य का ज्ञान होगा, अनुभव होगा तो परमात्मा की याद स्वतः ही आयेगी। और सभी की याद से तो आत्मा का पतन ही होता है, एक परमात्मा की याद ही उत्थान का आधार है।

याद के विषय में बाबा ने कहा है - जो आशिक-माशूक होते हैं, उनको एक-दूसरे की याद सताती है अर्थात् स्वतः आती है, बेचैन किये रहती है, उससे मिलने बिगर रह नहीं

सकते। भक्ति मार्ग में आत्मा को परमात्मा की याद स्वतः आती है। भक्ति में भी कई तो अपना गला भी काटकर बलिहार हो जाते हैं। अभी ज्ञान मार्ग में परमात्मा की याद करनी होती है क्योंकि देहाभिमान के कारण हमारी बुद्धि में अनेक वस्तु या व्यक्तियों की याद घर कर गई है। अभी उन सभी वस्तु और व्यक्तियों की याद को निकाल कर परमात्मा की याद को जमाना है।

“कहते - मेरा भाव नहीं था लेकिन मेरी नेचर है। जैसे वह कमजोर नेचर, नेचुरल हो गई है, ऐसे हर शक्ति ब्राह्मण आत्मा की नेचुरल नेचर बन जाये। वह कमजोर नेचर तो देहाभिमान की निशानी है। ... स्नेही को याद भूलना मुश्किल होता है, याद करना नेचर होती है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“पिछाड़ी में कोई भी चीज या देहधारी याद न आये, इतना लव से बाप को याद करना है। ... बाप की याद सतानी चाहिए। भूलनी नहीं चाहिए बल्कि और ही याद सतानी चाहिए। ... पुरुषार्थ तो सभी करते हैं परन्तु जो जास्ती पुरुषार्थ करते हैं, वे जास्ती प्राइज़ पाते हैं।”

सा.बाबा २९.०१.०९ रिवा.

“बाप कहते हैं - हे आत्माओं मैं तुम सबको निहाल कर ले जाऊंगा। ... वे आशिक-माशुक एक जन्म के हैं, तुम हो जन्म-जन्मान्तर के। ये बातें इस समय ही होती हैं। स्वर्ग में आशिक-माशुक अक्षर भी नहीं होगा। ... इसमें लिखने आदि की भी कोई बात नहीं है। वे आशिक-माशुक लिखते हैं क्या!”

सा.बाबा 22.03.09 रिवा.

२. एक है भौतिक वस्तुओ, पदार्थों की याद, दूसरी है सम्बन्धों से लौकिक-अलौकिक व्यक्तियों की याद, तीसरी है भक्ति के रूप में अपने किसी इष्ट देव या देवी की याद, चौथी है परमात्मा की याद

परमात्मा की याद के लिए बाबा ने कहा है - जब कोई भी धर्म वाला परमात्मा को याद करता है तो उसकी बुद्धि ऊपर की तरफ ही जाती है।

“मनुष्य बेहद के बाप को याद करते हैं, ‘हे भगवान’ कहते हैं ... तो कोई चित्र याद नहीं आता है। निराकार बाप ही याद आता है। ... योग लगाने से जैसे आत्मा में घृत पड़ता जाता है। आत्मा अविनाशी है, तो आत्मा की ज्योति पूरी बुझती नहीं है। अब योगबल का घृत डालना है।”

सा.बाबा 4.9.08 रिवा.

“सच्ची दिल साफ दिल वाले का हर श्रीमत से जीवन नेचुरल सहज सम्पन्न होगा। ... ऐसी

स्नेही, लवलीन आत्मा के लिए समय पर बापदादा स्वतः हाज़िर हो जाते हैं। जो हर श्रीमत पर हाज़िर होता है तो बाप भी कहते हैं - मैं भी हज़ूर हाज़िर हूँ। ... सहज याद तो ब्राह्मण जीवन का नेचुरल गुण है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“बाप है श्रीमत देने वाला, ऐसे नहीं, बाबा आशीर्वाद करो। यह है पढ़ाई ... देह सहित देह के सब सम्बन्धों को त्याग कर एक मोस्ट बिलवेड बाप को याद करना है। परन्तु यह याद निरन्तर रखने में बड़ी मुश्किलता है।”

सा.बाबा 6.10.08 रिवा.

३. एक है भक्ति मार्ग की याद, दूसरी है ज्ञान मार्ग की याद, तीसरी है साधारण समय की याद

सतयुग-त्रेता में भक्ति भी नहीं करते और उस समय यथार्थ ज्ञान भी नहीं होता है फिर भी एक-दूसरे को समय पर याद अवश्य करते होंगे, तब ही तो सम्बन्ध बनते हैं, कार्य-व्यवहार होता है, हिसाब-किताब चलता है, जिससे आत्मा की कलाओं में अन्तर आता है। द्वापर से भक्ति मार्ग आरम्भ होता है और आत्मायें पहले शिवबाबा की प्रतिमा बनाकर उसको याद करते हैं, बाद में भिन्न-भिन्न देवताओं की प्रतिमायें बनाकर याद करते हैं और अन्त में देहधारी गुरुओं आदि को भी याद करने लगते हैं। इस प्रकार याद करते-करते आत्माओं ने संगमयुग पर परमात्मा की याद से आत्माओं के साथ जो अच्छे हिसाब-किताब का खाता बनाया है, वह सतयुग-त्रेता अर्थात् आधे कल्प के बाद पूरा हो जाता है। फिर द्वापर से देहाभिमान के वशीभूत जो विकारी याद से बुरा खाता बनता, वह कलियुग के अन्त तक चलता है। अन्त में संगमयुग परमात्मा की याद से नया खाता बनता है और पुराना सारा खाता चुक्ता होता है। संगमयुग पर यथार्थ ज्ञान देकर परमात्मा आत्माओं का अपने साथ सम्बन्ध जुटाकर, उस याद से आत्मिक शक्ति का विकास करके अच्छा हिसाब-किताब बनाने का विधि-विधान बताते हैं अर्थात् सुकर्म सिखाते हैं।

भक्ति मार्ग में जीवात्मायें परमात्मा को या देवी-देवताओं को याद करते हैं तो उनको उनकी जीवन कहानी का यथार्थ ज्ञान नहीं होता है, इसलिए उनको कोई विशेष प्राप्ति नहीं होती है अर्थात् आत्मा की चढ़ती कला नहीं होती है, केवल उतरती कला की गति मन्द अवश्य होती है। ज्ञान-मार्ग में जब अपने को आत्मा समझकर परमात्मा को याद करते हैं आत्मा की चढ़ती कला होती है, आत्मा की सुसुप्त शक्ति जागृत होती है, ज्ञान-गुण-शक्तियों की धारणा होती है। संक्षेप में कहें तो भक्ति मार्ग की याद है उतरती कला की याद और ज्ञान मार्ग की याद है

चढ़ती कला की याद।

भक्ति मार्ग में याद करते समय कोई न कोई स्थूल वस्तु या प्रतिमा अवश्य स्मृति में होती है, सामने आती है, जो याद का आधार होता है परन्तु ज्ञान मार्ग में बाबा ने कहा है तुमको किसी स्थूल-सूक्ष्म प्रतिमा या चित्र को याद नहीं करना है। तुमको अशरीरी होकर एक निराकार बाप को याद करना है, उसकी याद में खो जाना है। बाबा ने कहा है - शिवबाबा का चित्र सामने रखकर भी याद नहीं करना है।

भक्ति में भले ही शिवबाबा को याद करते हैं, परन्तु वह परमात्मा की यथार्थ याद नहीं है, वह तो जो हम संगमयुग पर परमात्मा को याद करते हैं, उनसे प्यार पाते हैं, परमात्मा के साथ विभिन्न सम्बन्धों के सुख का, प्राप्तियों का अनुभव करते हैं, उस अनुभव की संचित स्मृतियों के आधार पर परमात्मा को ढूँढते हैं, याद करते हैं। संगमयुग पर परमात्मा से प्यार पाते, ज्ञान-गुण-शक्तियों को पाते हैं, उनका अनुभव करते हैं, उनकी श्रीमत् और शिक्षायें मिलती हैं, जिससे उनकी याद स्वतः आती है। जब उनकी श्रीमत् और शिक्षायें याद आती हैं तो उस अनुसार कर्म होते हैं, उन श्रेष्ठ कर्मों के आधार पर भविष्य आधे कल्प के लिए पुण्य का खाता जमा होता है और परमात्मा की याद से आधे कल्प का विकर्मों का खाता खत्म होता है।

“सतयुग में तो ईश्वर से मिलने की बात ही नहीं है। यहाँ दुख है तब आत्माओं को परमात्मा याद पड़ता है परन्तु ड्रामा अनुसार बाप मिलते ही तब हैं, जब स्वयं आते हैं।... अगर कहें कि हम ईश्वर और उनकी रचना के आदि-मध्य-अन्त को नहीं जानते हैं तो यह बोलना सच है।”

सा.बाबा 19.11.08 रिवा.

“सबको उस गॉड फादर को ही याद करना है। ... हर एक धर्म वाले अपने धर्म-स्थापक को याद करते हैं। याद करना द्वापर से शुरू हुआ है। भारत में गाया हुआ भी है - दुख में सुमिरण सब करें, सुख में करे न कोई ... होये। सुख के बाद ही याद करने की रस्म पड़ती है क्योंकि दुख होता है।”

सा.बाबा 18.11.08 रिवा.

“अनुभवी मास्टर सर्वशक्तिवान हैं ... मेहनत करनी पड़े तो मास्टर सर्वशक्तिवान कैसे हुए! ... सेकेण्ड में मेरा बाबा, मीठा बाबा याद किया और समा गये - ऐसा अनुभव है ?”

अ.बापदादा 15.11.08

“आजकल पुरुषोत्तम आत्माओं को प्राकृतिक साधनों और सैलवेशन के रूप में प्रभावित करती है। साधन वा सेलवेशन के आधार पर योगी जीवन है। साधन वा सेलवेशन कम तो योगयुक्त भी कम - इसको कहा जाता है प्रभावित होना। योगी वा प्रयोगी आत्मा की साधना के

आगे साधन स्वतः ही आते हैं।”

अ.बापदादा 25.11.93

“इसमें कितना बुद्धि से काम लेना पड़ता है। ज्ञान मार्ग में अति मीठा बनना है। स्वीट तब बनेंगे, जब मीठे बाप के साथ पूरा योग होगा। धारणा भी तब होगी।... माया के तूफान तो आयेंगे लेकिन घबराना नहीं है।”

सा.बाबा 8.11.08 रिवा.

“मन्मनाभव, मुझे याद करो, बस। अन्त में ऐसे बैठे-बैठे शरीर छोड़ देंगे। कोई-कोई सन्यासियों का भी ऐसे होता है। ... परन्तु आत्मा ब्रह्म में लीन तो होती नहीं है।”

सा.बाबा 7.11.08 रिवा.

“बाप के साथ योग ही नहीं है, जो बुद्धि शुद्ध हो जाये। ... भारतवासी ब्लाइण्डफेथ में बहुत हैं। ... अन्ध-श्रद्धा से पूजा करते रहते हैं। ... बाप कहते हैं - औरों को याद करेंगे तो मेरी याद भूल जायेंगे।”

सा.बाबा 19.12.08 रिवा.

“योग से ही हमारे जन्म-जन्मान्तर के विकर्म भस्म होते हैं। कृष्ण को कोई दिन-रात याद करे तो भी विकर्म कदापि विनाश नहीं हो सकते। ... बच्चों को पुरुषार्थ कर पूरा योग में रहना है।”

सा.बाबा 11.12.08 रिवा.

“गरीब ही अक्सर करके ज्ञान लेते हैं। बाप है ही गरीब निवाज़। जिस बाप को सब याद करते हैं परन्तु ड्रामा अनुसार भक्त भगवान को जानते नहीं हैं।... यह ज्ञान उन्हीं बच्चों की बुद्धि में बैठता है, जिनकी बुद्धि विशाल है, मोह नष्ट है।”

सा.बाबा 18.10.08 रिवा.

“यह सब भक्ति मार्ग की बड़ी सामग्री है। ज्ञान में तो यह कुछ नहीं है। इसमें तो चुप रहना है। बाप को याद करना है। ... आसुरी स्वभाव वालों को दैवी स्वभाव वाला बनाने के लिए गीता का भगवान आते हैं।”

सा.बाबा 4.12.08 रिवा.

“किसी भी सत्संग में किसी मनुष्य की या किसी देवता की याद दिलायेंगे। पारलौकिक बाप की याद कोई दिला न सके क्योंकि उनको कोई जानते ही नहीं। यहाँ तो तुमको घड़ी-घड़ी कहा जाता है - अपने को आत्मा समझ परमात्मा बाप को याद करो।”

सा.बाबा 9.10.08 रिवा.

“आत्मा इतनी पिताव्रता है, जो अपने निराकार बाप को जरूर याद करती है। दुख में झट आवाज़ निकलता है - हे परमात्मा।”

सा.बाबा 7.10.08 रिवा.

“भक्ति में गाते हैं - राम सुमिर प्रभात मोरे मन ... अभी बाप कहते हैं और कुछ भी नहीं सुमिरो, प्रभात के समय मुझे याद करो। ... यहाँ की रस्म-रिवाज़ फिर भक्ति मार्ग में चली आती है।”

सा.बाबा 6.10.08 रिवा.

“इसमें स्नान आदि की भी बात नहीं रहती है। हाँ, पाखाना जाना होता है तो स्नान करना जरूरी है। मनुष्य तो स्नान के समय भी किसी देवता या भगवान को याद करते हैं।”

सा.बाबा 22.03.09 रिवा.

४. सृष्टि-चक्र के आधार पर याद की स्थिति

सतयुग-त्रेता की याद / द्वापर-कलियुग की याद / पुरुषोत्तम संगमयुग की याद / विनाश के समय की याद

सतयुग-त्रेता में भी एक-दूसरे को याद तो अवश्य करते होंगे, तब ही तो सम्बन्ध और कार्य-व्यवहार सम्पन्न होते होंगे परन्तु उसमें मोह या स्वार्थपरता नहीं होगी। उस समय की याद से भी उतरती कला ही होती है परन्तु देहाभिमान आत्मा पर हावी न होने के कारण विकारों की प्रवेशता नहीं होती है, इसलिए आत्मा की कलाओं की गिरावट मन्द होती है।

द्वापर-कलियुग में अनेक प्रकार से आत्मायें, आत्माओं को याद करती हैं, जिसमें काम-क्रोध, मोह, स्वार्थपरता, राग-द्वेष, भय-चिन्ता, ईर्ष्या-घृणा आदि के भाव मन में रहते हैं। लोभ और इन्द्रिय सुखों के वशीभूत मनुष्य अनेक वस्तुओं को भी याद करते हैं, उन सबकी याद से आत्मा की उतरती कला ही होती है और पापों का खाता भी बढ़ता है, सम्बन्धों में कटुता उत्तरोत्तर बढ़ती जाती है। द्वापर-कलियुग की याद में विकारों की प्रवेशता होने के कारण आत्मा की कलाओं में गिरावट तीव्रता से आती है।

संगमयुग की याद सारे कल्प की याद से भिन्न होती है। क्योंकि सतयुग से लेकर कलियुग के अन्त तक आत्मा जिस भी वस्तु या व्यक्ति को याद करती है, उसकी याद से आत्मा की उतरती कला ही होती है। भले सतयुग-त्रेता में ये उतरती कला की गति मन्द होती है और द्वापर-कलियुग में ये गति अपेक्षाकृत तीव्र हो जाती है। इस तरह आत्मा अन्त में कलाहीन हो जाती है। पुरुषोत्तम संगमयुग पर परमात्मा जब यथार्थ ज्ञान देते हैं, तब आत्मा अपने स्वयं के स्वरूप को, परमात्मा के स्वरूप को, उनके दिये हुए सृष्टि-चक्र आदि के ज्ञान याद करती है, उससे आत्मा की चढ़ती कला होती है।

“पिछाड़ी में तुम्हारे में ज्ञान और योग की शक्ति रहती है। यह ड्रामा में नूंध है। ... बाबा कितनी अच्छी-अच्छी बातें समझाते हैं। ड्रामा अनुसार जो कल्प पहले पार्ट बजाया है, वही बजाते हैं।”

सा.बाबा 29.11.08 रिवा.

“जो जितना पुरुषार्थ करते हैं, वे उतना फरमानबरदार हैं। याद कम करते हैं तो कम फरमानबरदार हैं। फरमानबरदार पद भी ऊंच पाते हैं। बाप का फरमान है - एक तो मुझ बाप

को याद करो, दूसरा नॉलेज को धारण करो। ... मुझे याद करो और स्वदर्शन चक्र फिराओ अर्थात् ड्रामा के आदि-मध्य-अन्त को जानो।”

सा.बाबा 17.11.08 रिवा.

“तुम बच्चों की अब बाप से प्रीत है, तुम और कोई को याद नहीं करते हो। तुम हो विनाश काले प्रीत बुद्धि। ... अनेक धर्म आदि हैं, वे सब इस यज्ञ में खत्म हो जाने हैं, तब यह यज्ञ पूरा होगा। ... जो स्थापना करते हैं, उनको ही फिर पालना करनी होती है।”

सा.बाबा 10.11.08 रिवा.

“योगयुक्त अव्यक्त स्थिति में रह दो बोल बोलना भी भाषण करना ही है। एक घण्टे के भाषण का सार दो शब्द में सुना सकते हो। ... समय के पहले समाप्ति करके इस स्थिति का अनुभव प्राप्त करना है। अगर समय अपने पर इस स्थिति का अनुभव करेंगे तो समय के साथ स्थिति भी बदल जायेगी। ... इसलिए पहले से ही अव्यक्त स्थिति का अनुभव करना है।”

अ.बापदादा 24.1.70

बाबा ने अनेक बार कहा है कि विनाश के समय का दृश्य और वातावरण बहुत भयानक होगा, उस विनाश लीला को देखते हुए, हमारी स्थिति अचल-अडोल रहे, उस समय परमात्मा की याद रहे, उसके लिए बहुत हिम्मत चाहिए और याद का पहले से अभ्यास चाहिए। उस समय हमको परमात्मा और घर की ही याद रहे, और किसी की याद न आये, उसके लिए नष्टोमोहा और साक्षीपन की स्थिति हो।

“विनाश के लिए मनुष्य पूछते हैं। ... बरोबर महाभारत लड़ाई हुई थी, जिसके बाद ही स्वर्ग के द्वार खुले थे। ... बाप कहते हैं - तुम मुझे याद करो तो विकर्म विनाश होंगे और तुमको उड़ने के पंख मिल जायेंगे। ... यह रुद्र शिवबाबा का ज्ञान यज्ञ है, जिससे यह विनाश ज्वाला निकली है।”

सा.बाबा 30.10.08 रिवा.

“अभी सबको वापस जाना है, बाप आये ही हैं ले जाने के लिए। जब तक यह नहीं समझते हैं तब तक स्वीट होम और सुखधाम याद पड़ नहीं सकता। ... सबको समझाना है - बेहद के बाप से वर्सा लेने का अभी समय है।”

सा.बाबा 19.10.08 रिवा.

“यह मकान बना रहे हैं। पिछाड़ी में यहाँ बच्चे आकर रहेंगे। जो योगयुक्त होंगे, वे आकर रहेंगे और इन आंखों से विनाश देखेंगे। ... इसमें बड़ी विशाल बुद्धि चाहिए। जितना बाप को याद करेंगे, उतना बुद्धि का ताला खुलता जायेगा। अगर विकार में गया तो एकदम ताला बन्द हो जायेगा।”

सा.बाबा 19.10.08 रिवा.

“साकार सम्पूर्णता को प्राप्त कर चुके हैं, फिर आप कब करेंगे। समय की घण्टी बज चुकी है। ... अगर कुछ रह गया होगा तो बुद्धियोग जरूर उस तरफ जायेगा। ... अगर समय के आधार पर ठहरे तो प्राप्ति कुछ नहीं होगी। समय के पहले बदलने से कुछ कर सकेंगे और अपने किये का फल मिलेगा। जो करेगा, वह पायेगा।”

अ.बापदादा 25.1.70

“बाप को याद करो तो तुम्हारे विकर्म विनाश हो जायेंगे।... बाबा बहुत सिम्पुल बात सुनाते हैं कि अपने को आत्मा समझो। आत्माओं को ही वापस जाना है। बाप के पास खुशी से जाना है।”

सा.बाबा 15.01.09 रिवा.

“तुम जितना शान्ति में रहते हो, उतना शान्ति फैलाते हो। ... तुम जानते हो - हम शान्ति स्थापन करते हैं। सतयुग में शान्ति रहती है, मूलवतन में तो है ही शान्ति। ... अब तुमको अपने घर शान्तिधाम चलना है।”

सा.बाबा 18.01.09 रिवा.

“पिछाड़ी होगी तब तुम यहाँ आकर रहेंगे। जो पक्के योगी होंगे, वे ही रह सकेंगे। भोगी तो थोड़ा ठका सुनने से ही खत्म हो जायेंगे।”

सा.बाबा 11.10.08 रिवा.

“अभी यह सारी दुनिया कब्रदाखिल होनी है। जो खत्म होने वाली है, उसको याद क्यों करते हो। ... बच्चे नम्बरवार पुरुषार्थ अनुसार कल्प पहले मुआफिक कर्मातीत अवस्था को पाते हैं। ... लड़ाई बहुत भयानक होती है, नेचुरल केलेमिटीज़ भी मदद करेंगी। उसके पहले कर्मातीत अवस्था को पाना है।”

सा.बाबा 2.01.09 रिवा.

“यह है बेहद का दिन और रात। आत्मा 84 जन्मों का पार्ट बजाकर थक गई है। इसलिए कहते हैं - अब वापस शान्तिधाम जाना है। बाप कहते हैं - शान्तिधाम और सुखधाम को याद करो। सुखधाम में थोड़ेही याद करेंगे। याद किया जाता है दुखधाम में, अशान्तिधाम में। ... अब नाटक पूरा हुआ, अब तुमको घर चलना है।”

सा.बाबा 29.9.08 रिवा.

“मीठे बच्चों को पुरुषोत्तम संगमयुग कदम-कदम पर याद रहना चाहिए। यह भी तुम बच्चे ही जानते हो कि नम्बरवार पुरुषार्थ अनुसार ही याद रहेगा। बुद्धि में यह रहे कि हम अभी पुरुषोत्तम संगमयुग पर पुरुषोत्तम बन रहे हैं। यह जो रावण का पिंजड़ा है, उससे बाबा हमको छुटकारा दिलाने आया है।”

सा.बाबा 22.03.09 रिवा.

“यह किताब आदि सब खत्म हो जायेंगे। तुम यह जो नोट्स आदि लिखते हो, यह सब खत्म हो जाने हैं। यह सिर्फ तुम अपने पुरुषार्थ के लिए लिखते हो।... अन्त में तुम्हारी बुद्धि में सिर्फ यह याद ही रहेगी। आत्मा बिल्कुल बाप जैसी भरपूर हो जाती है।”

सा.बाबा 22.03.09 रिवा.

५. उतरती कला की याद / चढ़ती कला की याद

परमात्मा की याद से तो आत्मा की चढ़ती कला ही होती है, जो संगमयुग पर ही होती है और तो सारे कल्प आत्मा जिन वस्तु और व्यक्तियों को याद करती है, उससे आत्मिक शक्ति की कलायें गिरती ही जाती है।

“सुख और दुख का खेल कैसे चलता है, यह तो तुम अभी जानते हो। सूर्यवंशी ही फिर चन्द्रवंशी बन जाते हैं। ... भल राजाई पद लेते हैं। ये बातें बुद्धि में अच्छी रीति बिठानी चाहिए। जो जितना याद में रहेगा, देही-अभिमानि होगा, उतनी धारणा होगी। वे सर्विस भी अच्छी करेंगे।”

सा.बाबा 8.11.08 रिवा.

“तुम कहते हो - यह तन-मन-धन सब आपका है तो बाबा भी कहते हैं - स्वर्ग की राजाई सारी तुम्हारी है। ... बाप से योग होगा तो चढ़ती कला होगी, योग नहीं होगा तो गिरती कला हो जायेगी। सर्विस का भी शौक चाहिए। ... मन्सा-वाचा-कर्मणा सर्विस का शौक चाहिए।”

सा.बाबा 29.9.08 रिवा.

६. दुर्गति की याद / सद्गति की याद / सद्गति के लिए याद

आत्मा की गति के हिसाब से भी आत्मा की याद दो प्रकार की कही जायेगी। एक है सद्गति की याद और दूसरी है दुर्गति की याद। सद्गति में भी दो प्रकार हैं। एक है सद्गति के लिए याद और दूसरी है सद्गति में याद। द्वापर-कलियुग की याद को दुर्गति की याद कहा जायेगा क्योंकि वहाँ आत्मा को विकर्मों के कारण दुख-अशान्ति होती है और सतयुग-त्रेता की याद को सद्गति की याद कहा जायेगा क्योंकि वहाँ आत्मा सद्गति अर्थात् जीवनमुक्त स्थिति अर्थात् सुख-शान्ति में होती है। संगमयुग युग पर जब परमात्मा ज्ञान देते हैं, उस समय आत्मा यथार्थ रीति परमात्मा को याद करती है, घर परमधाम को याद करती है, सतयुग नई दुनिया को भी याद करती है, जिससे आत्मा की सद्गति होती है, इसलिए उसको सद्गति के लिए याद कहा जायेगा। ये विधि-विधान देवी-देवता धर्म की आत्माओं के लिए विशेष रूप से लागू होता है। अन्य धर्मों की आत्मायें तो द्वापर-कलियुग में आते भी पहले सद्गति में होती हैं, फिर दुर्गति को पाती हैं, इसलिए उनकी याद भी उस अनुरूप ही होती है।

“बच्चे जानते हैं स्वीटेस्ट बाबा हमको मोस्ट स्वीटेस्ट बना रहे हैं। बाबा बार-बार बच्चों को कहते हैं - मीठे बच्चे अपने को अशरीरी आत्मा समझ मुझे याद करो तो मैं प्रतिज्ञा करता हूँ कि इस याद से तुम्हारे सब क्लेष मिट जायेंगे।”

सा.बाबा 29.01.09 रिवा.

“अभी हमारी सभी मनोकामनायें पूरी हो रही हैं। ...सिर्फ एक बाप भी नहीं, साथ में स्वीट होम को भी याद करना है। सिर्फ स्वीट होम को भी नहीं, माल-मिल्कियत भी चाहिए इसलिए स्वर्गधाम को भी याद करना है।”

सा.बाबा 29.01.09 रिवा.

“यह टीचर विदेही है, जो हर 5 हजार वर्ष के बाद तुमको मिलता है।... यह देहधारी टीचर नहीं है, इसलिए उनकी याद ठहरती नहीं है। उसके लिए अपने को आत्मा समझना पड़े, तब परमात्मा की याद रहे।”

सा.बाबा 2.02.09 रिवा.

७. ईर्ष्या-घृणा, शत्रुता के वशीभूत याद / मित्रता और स्नेह से परिपूर्ण याद दया-करुणा से युक्त याद

दुनिया में मनुष्य जिन वस्तु और व्यक्तियों को याद करता है, वह तीन प्रकार के सम्बन्धों से करता है। एक ईर्ष्या-घृणा, शत्रुता के वशीभूत होकर अनेक व्यक्तियों को याद करता है। दूसरा मित्रता और स्नेह के कारण अनेक व्यक्तियों को याद करता है। तीसरा दुखी-अशान्त आत्माओं को देखकर दया-करुणा आती है और उस दया-करुणा से द्रवित होकर भी उन आत्माओं की याद आती है। बाबा ने एक मुरली में भी कहा है - दुश्मनी वाला व्यक्ति, मित्रता वाले से भी अधिक याद आता है।

“ज्ञानी तू आत्मा बच्चे तो हैं लेकिन स्नेह की सब्जेक्ट आवश्यक है ... ज्ञान बीज है लेकिन प्रेम का पानी ज्ञान बीज में प्राप्ति के फल लगा देता है। ऐसे बाप के स्नेही बच्चे बाप को याद करना मेहनत नहीं समझते लेकिन भूलना मुश्किल समझते हैं। स्नेही कभी स्नेही को भूल नहीं सकता है। दिल के स्नेह से ‘मेरा बाबा’ कहा और सर्व खजानों की चाबी मिल जाती है।”

अ.बापदादा 18.1.09

“फ्रेण्ड का नाता जल्दी याद आता है। ... फ्रेण्ड को बतायेंगे। आपने खुदा को दोस्त बनाया है ना। खुदा दोस्त है। ... आपकी सेवा से कोने-कोने में बिछुड़े हुए बच्चे कितने निकल आये और आपको भी नशा होगा कि हम हर कल्प के साथी हैं। थे भी, हैं भी और होंगे भी।”

अ.बापदादा 31.12.08 डबल विदेशी

“स्नेह से याद करो, सिर्फ ज्ञान के आधार से याद नहीं करो। सुनाया था ना कि ज्ञान है बीज और स्नेह है पानी। ... सिर्फ ज्ञान से जाना, प्यार से बाप को याद नहीं किया तो प्रैक्टिकल फल नहीं निकलता अर्थात् अनुभव नहीं होता।”

अ.बापदादा 31.12.08

“बापदादा इस वर्ष विशेष एक शक्ति का वरदान दे रहे हैं। ‘मेरा बाबा’ दिल से कहेंगे तो शक्ति हाज़िर। ऐसे ही मेरा बाबा नहीं, दिल से कहा, अधिकार रखा ‘मेरा बाबा’ कहा और

शक्ति आपके आगे हाज़िर हो जायेगी। वह कौनसी शक्ति ? परिवर्तन की शक्ति।”

अ.बापदादा 31.12.08

“बहुत काम दे दिया है लेकिन बापदादा आपका साथी है। जहाँ भी मुश्किल आये ना बस दिल से कहना - बाबा, मेरा बाबा, मेरा साथी आ जाओ, मदद करो। तो बाबा भी बँधा हुआ है। लेकिन दिल से कहना।”

अ.बापदादा 31.12.08

“सदा स्नेह में समाये हुए समान आत्माओं को, सदा एक बाप से सर्व सम्बन्धों को अनुभव करने वाली आत्माओं को ... सदा सर्व प्राप्ति रचता बाप द्वारा अनुभव करने वाली आत्माओं को, सदा सहज-स्वतः ‘एक बल, एक भरोसा’ अनुभव करने वाली सच्चे स्नेही आत्माओं को बापदादा का याद-प्यार और नमस्ते।”

अ.बापदादा 16.12.93

“सभी आत्मायें पारलौकिक मात-पिता को पुकारते हैं, इससे सिद्ध होता है कि उनका उनसे सम्बन्ध जरूर है। ... देही के सम्बन्ध से एक ही मात-पिता याद रहता है।”

सा.बाबा 16.10.08 रिवा.

८. निराकारी याद अर्थात् मूलवतन में शिवबाबा की याद / सूक्ष्मवतन में बापदादा की याद

साकारी याद अर्थात् साकार वतन में ब्रह्मा तन में शिवबाबा की याद

एक परमात्मा की याद से आत्मा का कल्याण होता है, आत्मा की चढ़ती कला होती है लेकिन परमात्मा की याद भी भिन्न-भिन्न देश, काल, परिस्थितियों में अलग-अलग प्रकार की होती है और उस अनुरूप ही आत्मा को अपनी स्थिति बनानी पड़ती है अर्थात् इमर्ज करनी होती है। परमधाम में जब परमात्मा को याद करेंगे तो आत्मा को स्वयं को भी देह में रहते अपनी निराकारी स्थिति अर्थात् बीजरूप स्थिति में स्थित होना पड़ता है। सूक्ष्म वतन में जब बापदादा को याद करेंगे तो अपना स्वरूप सूक्ष्म अर्थात् फरिश्ता स्वरूप इमर्ज करना होगा। साकार वतन में जब परमात्मा से ब्रह्मा तन में मिलते हैं तो वह स्थिति ऊपर की दोनों स्थितियों से भिन्न होती है, जिसके लिए बाबा ने कहा है - जब बाबा की गोद में आते हो तो शिवबाबा को याद करके आओ। बिना शिवबाबा को याद किये आयेँगे तो व्यभिचारी बन जायेँगे।

“धारणा नहीं होती है क्योंकि विकर्म बहुत किये हुए हैं, जिस कारण बाप को भी याद नहीं कर सकते हैं। जितना बाप को याद करेंगे, उतना विकर्माजीत बनेँगे, हेल्थ मिलेगी। ... बाप और स्वीटहोम को याद करना है। जहाँ जाना है, वह बुद्धि में रखना है।”

सा.बाबा 17.11.08 रिवा.

“तुम अशरीरी आये थे, 84 जन्मों का पार्ट पूरा किया, अब वापस चलना है। मैं तुमको पतित से पावन बनाकर वापस ले जाता हूँ। हिसाब है ना। ... अब तुमको वापस चलना है, इसलिए मेरे से योग लगाओ और संग तोड़, एक मुझ साथ जोड़ो तो तुमको साथ ले जाऊंगा, फिर स्वर्ग में भेज दूँगा। वह है शान्तिधाम, वहाँ आत्मायें कुछ बोलती नहीं हैं।”

सा.बाबा 14.11.08 रिवा.

“कृष्ण की आत्मा अब अपने अन्तिम जन्म में शिव से वर्सा ले रही है, यहाँ बैठी है। शिवबाबा अलग है और इन ब्रह्मा की आत्मा अलग है। ... तुम बाप की याद में रहो तो विकर्म विनाश होंगे, विकर्म विनाश होने का अन्य कोई उपाय नहीं है।”

सा.बाबा 13.11.08 रिवा.

“समझो इसमें शिवबाबा आते हैं, वह है मुरलीधर परन्तु यह बाबा भी तो मुरली चलाता होगा। नहीं तो इतना पद कैसे पाते हैं। बाबा समझाते हैं - हमेशा समझो शिवबाबा सुनाते हैं। शिवबाबा की याद में रहने से तुम्हारा कल्याण हो जायेगा।”

सा.बाबा 6.11.08 रिवा.

“हम परमधाम निवासी हैं, यह कितना समय याद रहती है। यह एक ही बात याद रहे कि हम परमधाम निवासी आत्मा इस व्यक्त देश में ईश्वरीय कर्तव्य करने के निमित्त आये हुए हैं।”

अ.बापदादा 26.1.70

“बाप सभी धर्म वालों को कहते हैं - देह को छोड़कर अशरीरी बनकर ही शान्तिधाम जाना है, वहाँ तुम शान्ति में रहेंगे, इसलिए देह के अभिमान को तोड़ो। ... देह के सब धर्म छोड़कर मुझ बाप को और अपने स्वीट होम को याद करो।”

सा.बाबा 22.10.08 रिवा.

“शिवबाबा आया है तो चला भी जायेगा। शिवबाबा इस एक में ही आते हैं। मम्मा में उनको देख न सके। ... ऐसे नहीं कि इन बाबा को ही देखते रहो क्योंकि इनमें शिवबाबा है। ... बाप कहते हैं - मुझे वहाँ याद करो, बुद्धियोग वहाँ लगाओ।”

सा.बाबा 3.10.08 रिवा.

“तुमको निश्चय है कि यह हमारा बाबा है। शिव को ही बाबा कहते हैं। शिव ही निराकार है। ... गॉड फादर कहने से बुद्धि ऊपर निराकार तरफ चली जाती है, जिसको कोई आकार वा साकार नहीं है। ... ज्ञान सागर माना जो ज्ञान सुनाकर सद्गति करे। लक्ष्मी-नारायण को भी यह ज्ञान नहीं है।”

सा.बाबा 1.9.08 रिवा.

9. ब्रह्मा बाबा की आत्मा के तन में पधारे परमात्मा के समक्ष रहते की याद दूर रहते याद अर्थात् परमात्मा साकार ब्रह्मा-तन में थे और अभी बापदादा आते हैं तो सेन्टर पर रहते मधुवन में याद

मुरली पढ़ते-सुनते याद, शिवबाबा के गीत आदि सुनते याद

साकार ब्रह्मा-तन के सामने बैठकर याद, सेन्टर पर रहते मधुवन में शिवबाबा की याद, मुरली पढ़ते-सुनते शिवबाबा की याद, शिवबाबा के गीत सुनते समय की याद में अन्तर रहता है। गीत सुनते तो बीच-बीच में गीत बनाने या गाने वाले की भी याद आ सकती है। शिवबाबा द्वारा ब्रह्मा तन से डॉयरेक्ट मुरली सुनते और टीचर बहन के द्वारा शिवबाबा की मुरली सुनते भी याद में अन्तर होगा।

“इस मम्मा-बाबा को भी याद नहीं करना है। इनको याद करने से जमा नहीं होगा। इनमें शिवबाबा आते हैं तो याद शिवबाबा को करना है। ऐसे नहीं कि इनमें शिवबाबा है, इसलिए इनकी याद रहे। नहीं, शिवबाबा को वहाँ याद करना है। शिवबाबा और स्वीट होम को याद करना है। ... शिवबाबा यहाँ आकर सुनाते हैं परन्तु हमको याद वहाँ करना है, यहाँ नहीं।”

सा.बाबा 3.10.08 रिवा.

“शिवबाबा सदैव तो इस रथ पर रह न सकें। यहाँ आकर सिर्फ सर्विस करेंगे। ... बाबा आते हैं, मुरली चलाकर चले जाते हैं। इनकी बुद्धि भी वहाँ रहती है। रास्ता बरोबर पकड़ना चाहिए।... मुरली तो यह (ब्रह्मा) भी सुना सकते हैं। (शिवबाबा) इनमें कभी है, कभी नहीं है।”

सा.बाबा 3.10.08 रिवा.

“इस रथ पर मैं सदैव भी तो सवारी नहीं कर सकता हूँ। ... तुम बच्चे याद करते हो और मैं आ जाता हूँ। ... ये बड़ी समझने की बातें हैं। नॉलेज बड़े मज़े की है।”

सा.बाबा 11.10.08 रिवा.

१०. आत्मा-कल्याणार्थ के लिए याद / विश्व-कल्याणार्थ के लिए याद /

किसी व्यक्ति विशेष की सेवार्थ याद

बाबा ने अनेक बार मुरलियों में सर्च-लाइट और लाइट-हाउस बनकर याद में बैठने की बात कही है। तो दोनों प्रकार की याद में कोई मूलभूत अन्तर तो अवश्य होगा। ज्ञान-सूर्य शिवबाबा की अव्यभिचारी याद में बैठेंगे तो याद के प्रकम्पन चारो ओर आपही फैलेंगे और चारो तरफ की आत्मायें लाभान्वित होंगी परन्तु यदि किसी विशेष आत्मा को वायब्रेशन देना है

तो उसके प्रकम्पन एक तरफ प्रवाहित होंगे।

“योगबल से बिना खाद डाले खेती ... अच्छा है ना, अपनी भी कमाई हुई, योग किया। चाहे किसी भी कारण से लगातार योग किया होगा ना। तो अपना भी फायदा और लोगों का भी फायदा।”

अ.बापदादा 15.12.08

११. शान्ति और सुख के समय की याद / दुख-अशान्ति के समय की याद

सुख-शान्ति में परमात्मा की याद कम ही होती है और होती है तो संकल्प रहता है कि हमको भविष्य में दुख-अशान्ति, रोग-शोक न हो परन्तु जब कोई रोग-शोक है, कर्म-बन्धन के कारण दुख-अशान्ति है तो परमात्मा की याद में उससे छूटने का संकल्प रहता है, परमात्मा की मदद की इच्छा रहती है। साथ में कर्म-बन्धन डालने वाले की भी याद रहती है।

१२. आत्मा के पाँच स्वरूपों की याद / परमधाम में अपने निराकार आत्मिक स्वरूप और निराकार परमात्मा की याद /

सुखधाम के अपने दैवी स्वरूप और सुख-शान्ति सम्पन्न जीवन की याद /

भक्ति मार्ग के पूज्य स्वरूप की याद /

संगमयुगी ब्राह्मण जीवन और उसके साथ परमात्मा की याद /

अपने फरिश्ता स्वरूप और बापदादा की याद

हमको अपने पाँचों स्वरूपों की याद के लिए बाबा ने जो प्रेरणा दी है, जिससे हम अपने सारे कल्प की महानता को बुद्धि रखकर अपने जीवन को परिवर्तन कर सकें। जब आत्मा सारे कल्प में अपने पार्ट बजाने के भिन्न-भिन्न स्वरूपों को याद करती है तो उन गुण-कर्तव्यों की याद से आत्मा के गुण-धर्मों, संस्कारों में परिवर्तन होता है।

इन पाँचों स्वरूपों को और उसके साथ परमात्मा की याद करेंगे तो याद की स्थिति अलग-अलग होगी अर्थात् अलग-अलग याद होगी और परमात्मा के प्रति स्नेह जाग्रत होगा। “आत्माभिमानी होंगे तो बाप की याद आयेगी। अगर देहाभिमानी होंगे तो लौकिक सम्बन्धी याद आयेगे। ... अभी संगमयुग पर ही तुम बच्चों को आत्माभिमानी बनाया जाता है।”

सा.बाबा 6.6.05 रिवा.

“यहाँ बच्चे रिफ्रेश होने के लिए आते हैं। पुरुषोत्तम संगमयुग पर बाप से ज्ञान मिलता है। ज्ञान और योग से तुम रिफ्रेश हो जाते हो। तुम जानते हो अभी पुरानी दुनिया विनाश होती है और

नई दुनिया स्थापन होती है। ... दुनिया एकदम खत्म तो होती नहीं है। चेन्ज होती है।”

सा.बाबा 20.11.08 रिवा. रात्रि क्लास

“इस अशान्त देश में तुम्हारा यह अन्तिम जन्म है, अभी तुमको अपने शान्त देश में चलना है। ... इसलिए देह सहित देह के सब सम्बन्धों को भूलो और एक मुझ बाप को याद करो।”

सा.बाबा 27.10.08 रिवा.

“बापदादा यही चाहते हैं कि सभी पूज्यनीय आत्मायें हैं तो पूज्यनीय आत्माओं का विशेष लक्षण दुआ देना ही है। ... दुआ देना अर्थात् दुआ लेना अण्डरस्टूड हो जाता है। देने वाला जिसको दुआ देता है, तो उसके दिल से बार-बार देने वाले के लिए दुआ स्वतः निकलती है।”

अ.बापदादा 31.10.07

“आप श्रेष्ठ आत्माओं के पुराने ते पुराने संस्कार अनादि और आदि संस्कार हैं। ... आप पूज्य आत्माओं का निजी संस्कार है - दुआ देना। अनादि संस्कार है दुआ देना। जब आपके जड़ चित्र भी दुआ दे रहे हैं तो आप चेतन्य पूज्य आत्माओं का दुआ देना तो नेचुरल संस्कार है। इसको कहो मेरा संस्कार।”

अ.बापदादा 31.10.07

“सभी दिल से और अनुभव से कहते हो - पवित्रता तो हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है। ... पवित्रता वा सत्यता प्राप्त करने के लिए आप सभी ने पहले अपने सत् स्वरूप आत्मा को जान लिया, अपने सत बाप, सत् शिक्षक, सतगुरु को पहचान लिया और पा लिया। जब तक कोई अपने सत् स्वरूप, सत् बाप को नहीं जानते तब तक सम्पूर्ण पवित्रता, सत्यता की शक्ति आ नहीं सकती।”

अ.बापदादा 30.11.07

“कल्प-कल्प बाप कहते हैं - मामेकम् याद करो। याद की यात्रा से ही पवित्र बनना है। अभी पावन दुनिया आ रही है, पतित दुनिया विनाश होनी है। ... वह बाबा इनके द्वारा बताते हैं - बच्चे, मुझे याद करो। ... बाप को याद करते-करते कर्मातीत अवस्था तक पहुँचना है। कर्मातीत अवस्था वाले को कहा जाता है - फरिश्ता।”

सा.बाबा 18.11.08 रिवा. रात्रि क्लास

१३. चार धामों की याद

हिस्ट्री हॉल में बैठकर याद / बाबा की कुटिया में बैठकर याद /

बाबा के कमरे में बैठकर याद / शान्ति स्तम्भ पर बैठकर याद

भक्ति मार्ग में चार धामों का गायन है और अभी बाबा ने मधुबन के चार धामों को बताया है। मधुबन के चारो धामों की याद में जब हम बैठेंगे तो देखेंगे चारो धामों की याद में भिन्नता होगी। जो साकार में बाबा के कमरे, कुटिया में, हिस्ट्री हॉल में बाबा से मिले हैं, वे

देखेंगे कि वहाँ बैठकर साकार के मिलन की याद स्वतः जाग्रत हो जाती है। जो साकार में न भी मिले हैं तो वहाँ का वातावरण और वायब्रेशन आत्मा को स्वतः ही खींच लेते हैं और आत्मा को अनेक प्रेरणायें मिलती हैं। शान्ति स्तम्भ पर बैठकर जब याद करते हैं तो उसका अनुभव अलग होता है। आत्मा सहज देह से न्यारी होकर शान्ति और शक्ति का अनुभव करती है। हिस्ट्री-हॉल में बैठते हैं तो बाबा की याद के साथ बाबा की पढ़ाई अर्थात् शिक्षायें याद आती है, कमरे में बैठते हैं तो बाबा का बाप के रूप में प्यार अनुभव होता है, कुटिया में बैठते हैं तो बाबा के साथ विशेष रूह-रिहान होती है।

14. (i) पाप का खाता बढ़ाने वाली याद अर्थात् जिस याद से आत्मा विकर्मों में प्रवृत्त होती है, जो द्वापर-कलियुग में वस्तु और व्यक्तियों की याद होती है।

(ii) पाप का खाता भस्म करने वाली याद अर्थात् देह और देह की दुनिया को भूलकर एक परमात्मा पिता की याद, जिससे आत्मा का पाप का खाता खत्म होता है।

(iii) पुण्य का खाता जमा करने वाली याद अर्थात् अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर परमात्मा की याद में रहते कर्म करते हुए याद। जब आत्मा परमात्मा की याद में कर्म करती है तो वे कर्म सुकर्म होते हैं, जिससे आत्मा का पुण्य का खाता जमा होता है। परमात्मा की याद में सेवा करने से पुण्य का खाता जमा होता है।

(iv) साधारण याद अर्थात् जब आत्मा पाप-पुण्य दोनों से परे होती है। ऐसी याद सतयुग-त्रेता में होती है, जहाँ के कर्मों को बाबा ने अकर्म की संज्ञा दी है अर्थात् वहाँ आत्मा जो कर्म करती है, उससे न पुण्य का खाता बढ़ता है और न कोई पाप होता है, जिससे आत्मा को किसी प्रकार से दुख-अशान्ति भोगनी पड़े। परन्तु वहाँ भी आत्मा जो सुख भोगती है, आत्माओं के साथ व्यवहार करती है, उस याद से पुण्य का जमा का खाता क्षीण अवश्य होता है परन्तु उसकी गति मन्द होती है।

द्वापर से भक्ति में जो देवी-देवताओं को परमात्मा समझकर याद करते हैं, उससे भी आत्मा के पाप कटते नहीं हैं परन्तु यह भी नहीं कहा जा सकता कि उससे पाप का खाता बढ़ता है। भले वहाँ भी आत्मा की गिरती कला ही होती है, परन्तु उस याद से गिरती कला नहीं कहेंगे। बाबा ने अनेक बार कहा है कि भक्तों से पाप कम होते हैं, जितना समय भक्ति करते हैं, उतना समय पाप-कर्मों से बचे रहते हैं।

“यह ज्ञान और योग बल की रेस है। ... जो करेगा सो पायेगा। करने वाले का देखने में आता है, उनकी चलन ही प्रत्यक्ष होती है। ... देखने में आता यह बच्चे विचार-सागर मन्थन

करते हैं, धारणा करते हैं। ... यह तो पुराना शरीर है। यह शरीर भी ठीक तब रहेगा, जब ज्ञान और योग की धारणा होगी।”

सा.बाबा 21.11.08 रिवा.

“धर्म स्थापकों को पैगम्बर, मैसेन्जर नहीं कह सकते। उनको अपना पार्ट बजाना है और पार्ट बजाते पतित बनना ही है। फिर अन्त में पावन बनना है। पावन तो बाप ही आकर बनाते हैं। बाप की याद से ही पावन बनना है। ... देह सहित जो भी देह के सम्बन्ध आदि हैं, उनको भूल जाना है।”

सा.बाबा 17.11.08 रिवा.

“देवताओं को पारसबुद्धि कहा जाता है। देवतायें तो विश्व के मालिक थे। अभी कोई मालिक नहीं है। ... यह राजधानी स्थापन हो रही है। ... अब बाप कहते हैं - मुझे याद करो और वर्सा लो। ... अभी बाप कहते हैं - मैं तुमको विश्व का मालिक बनाता हूँ। स्वर्ग में तुम ही थे, भारत विश्व का मालिक था।”

सा.बाबा 14.11.08 रिवा.

“कहाँ भी जाओ बाप को याद करते रहो। सिर पर विकर्मों का बोझा बहुत है, सारा कर्मभोग चुक्त्तू करना होता है ना। पिछाड़ी तक यह कर्मभोग छोड़ेगा नहीं। ... अनेक बार यह पार्ट बजाया है, फिर बजाते रहेंगे। इसको ही वण्डर कहा जाता है।”

सा.बाबा 7.11.08 रिवा.

“बाप की दिल पर तब चढ़ेंगे जब रहमदिल बनेंगे, आप समान बनायेंगे। इन्शयोर किया, वह बात अलग है। वह तो अपने लिए ही करते हैं। यह तो ज्ञान रतनों का दान औरों को देना है। विकर्मों का बोझा खत्म करने के लिए बाप को पूरा याद करना है।”

सा.बाबा 6.11.08 रिवा.

“सब तरफ से बुद्धियोग तोड़ना, इसमें मेहनत है। ... मैं तुमको कहता हूँ - मुझे याद करो तो तुम्हारी विजय है ही है। तुम्हारे सिर पर पापों का बहुत बोझा है, अब मुझे याद करो तो विकर्म विनाश होंगे, फिर मैं तुमको स्वर्ग में भेज दूँगा।”

सा.बाबा 21.10.08 रिवा.

“यह रुहानी योग है एवर प्योर होने के लिए। पवित्रता के सागर के साथ योग लगाने से ही आत्मायें पवित्र बनती हैं। इस योग अग्नि से ही तुम्हारे जन्म-जन्मान्तर के पाप भस्म होते हैं।”

सा.बाबा 14/15.12.08 रिवा.

“मधुवन का तो गायन है। सच्चा-सच्चा मधुवन यह है, जहाँ तुम आते हो। जितना हो सके तुम एकान्त में याद में रहो। ... रात को एक-दो बजे जागने की कोशिश करो। तुम नींद को जीतने वाले मशहूर हो। ... एकान्त में याद की यात्रा करते रहो। यहाँ तुम बहुत खज़ाना जमा कर सकते हो।”

सा.बाबा 22.03.09 रिवा.

15. आत्मा परमात्मा को जब याद करती है, तब उसकी समय और स्थिति के अनुसार पांच प्रकार की याद होती है -

स्नेह और प्यार से परमात्मा की याद

फरियाद के रूप में परमात्मा को याद करना

स्वार्थ या किसी कार्य सिद्धि के लिए याद

उल्हनों के रूप में याद / भय के कारण याद

आत्माओं की परस्पर याद में भी ऐसी ही दशायें होती हैं।

“जहाँ स्नेह है, वहाँ सबकुछ अनुभव करना सहज हो जाता है। स्नेह की शक्ति बहुत ही बाप के नजदीक ले आती है। स्नेह की शक्ति सदा ऐसे अनुभव कराती है, जैसे बाप के वरदान का हाथ सदा अपने सिर पर अनुभव करते हैं। बाप का स्नेह सदा ही छत्रछाया बन जाता है। स्नेही सदा अपने को बाप के साथी समझते हैं।”

अ.बापदादा 15.11.08

“स्नेही आत्मा सदा रमणीक रहती है, वे सूखे नहीं रहते हैं। स्नेही आत्मा सदा निश्चित और निश्चिन्त रहते हैं। स्नेही सदा अपने को बाप को याद करने में सहज योगी का अनुभव करते हैं।”

अ.बापदादा 15.11.08

“ऐसे आपका एकाग्रता का अभ्यास होगा तो जिस समय कोई बात होती है तो बाप के स्नेह में खो जाओ। ... शुरू-शुरू में बच्चों को दिखाया था कि कोई बुरी दृष्टि वाले पीछे आते हैं तो उनको लाइट ही दिखाई देती है, आपका रूप दिखाई नहीं देगा। लेकिन उसका अभ्यास अभी से करो।” (ड्रिल)

अ.बापदादा 15.12.08

“बापदादा को हर बच्चा दिल का दुलारा है। ... हर कल्प का सिकीलधा बच्चा है। इसलिए अपने सिकीलधे बनने के भाग्य को सदा याद रखो। ... दिल से कहो - मेरा बाबा। दिल की कमजोरी भी है तो भी बाप साथ नहीं देगा। दिल साफ मुराद हासिल। किचड़े वाली दिल में बाप नहीं आता।”

अ.बापदादा 31.12.08

“बाप हमको माया से युद्ध करना सिखाते हैं। रावण हमारा सबसे जास्ती पुराना दुश्मन है। यह सिर्फ तुम जानते हो ... यहाँ तो देखो सब जगह झगड़ा ही झगड़ा है। हमारा कोई से झगड़ा नहीं है। हमको तो बाप कहते हैं - मुझे याद करो तो विकर्म विनाश होंगे, माया का वार नहीं होगा। फिर वर्से को भी याद करो।”

सा.बाबा 16.10.08 रिवा.

“अभी जीते जी पुरानी दुनिया से मरकर आकर बाप का बनना है। अपने को आत्मा समझ अपने बाप को याद करना है। पुरानी दुनिया से बुद्धि हट जानी चाहिए। उसके लिए ही पुरुषार्थ करना चाहिए।”

सा.बाबा 18.10.08 रिवा.

“कितने अच्छे-अच्छे चित्र हैं, इनमें सारी नॉलेज है। दिन प्रतिदिन बुद्धि का ताला खुलता जायेगा। ... ऐसे सुख देने वाले बाप की याद में प्रेम के आँसू आये तो वे माला के दाने बन जाते हैं। कदम-कदम श्रीमत पर चलना है।”

सा.बाबा 14.10.08 रिवा.

“हर एक बच्चे को कोई न कोई समय विशेष स्नेह की अनुभूति होती ही है और हुई है। ... अगर आज भी अमृतवेले से अब तक दिल से बापदादा दोनों अर्थॉरिटी के स्नेह का अनुभव किया होगा तो आज के दिन को भी याद करने से स्नेह के आगे मेहनत समाप्त हो जायेगी।”

अ.बापदादा 18.1.08

“बापदादा इस वर्ष में हर बच्चे को स्नेह-युक्त, मेहनत-मुक्त देखना चाहते हैं। ... मोहब्बत के समय को याद करना, अनुभव को याद करना और अनुभव में खो जाना।”

अ.बापदादा 18.1.08

१६. अव्यभिचारी याद / व्यभिचारी याद

परमात्मा की अव्यभिचारी याद तब ही होगी, जब हमारा परमात्मा के साथ अव्यभिचारी प्यार होगा और अव्यभिचारी प्यार तब होगा, जब यथार्थ ज्ञान होगा। अव्यभिचारी याद अर्थात् एक परमात्मा के सिवाए और कोई याद न आये। वह तब होगा, जब हमारे एक परमात्मा से ही सारे सम्बन्ध होंगे, उनके सिवाए और किसी आत्मा से कुछ प्राप्त करने की इच्छा-आशा नहीं होगी।

जब अन्य व्यक्तियों और वस्तुओं से सुख की चाहना होती है, तो वह याद व्यभिचारी हो जाती है और व्यभिचारी याद आत्मा के उतरती कला का कारण बनती है।

“यह है अव्यभिचारी योग। सिर्फ एक बाप को याद करना है तो इसमें ज्ञान, भक्ति, वैराग्य सब इकट्ठे हैं। ... वैराग्य भी बेहद का है। ... भक्ति मार्ग में विकर्म विनाश होने का ज्ञान ही नहीं है। यहाँ तो बाप की याद से विकर्म विनाश होते हैं।”

सा.बाबा 23.10.08 रिवा.

“देलवाड़ा मन्दिर हू-ब-हू यादगार है। ... भक्ति मार्ग में फिर ऐसे मन्दिर बनेंगे, फिर विनाश होगा। ... यह सब भक्ति का विस्तार है, ज्ञान में तो चुप रहना है। एक शिवबाबा को ही याद करना है। शिवबाबा को भूलकर औरों को याद करेंगे तो अन्त में फेल हो जायेंगे। ... यह बाबा भी कहते हैं कि अभी हमको शिवबाबा ने ही यह बताया है।”

सा.बाबा 16.12.08 रिवा.

“ये बहुत गुह्य और वण्डरफुल बातें हैं। सारी मनुष्य सृष्टि की आत्माओं का पार्ट नूँधा हुआ है। मेरे में भी यह पार्ट है, वह भी अविनाशी है। ... अभी हमारा एक के ही साथ प्यार है। अव्यभिचारी प्यार होने में देरी नहीं लगती है परन्तु माया बिल्ली भी कम नहीं है।”

सा.बाबा 26.12.08 रिवा.

“बापदादा की बच्चों से प्रतिज्ञा की हुई है - ‘हिम्मते बच्चे मदद दे बाप।’ अन्त तक ऐसे ही हिम्मत में रहते चलते रहने वाले हिम्मतवान बच्चों को बाप की कुछ मदद मिल जाती है। सभी से बुद्धियोग हटाकर अन्त में एक की याद में रहने का जो पुरुषार्थी है, उसे अन्त में मदद मिलने के कारण सहज हो जाता है।”

अ.बापदादा 2.4.70

“मैं तुमको स्वर्ग का मालिक बनाऊंगा, यदि तुम मेरी श्रीमत पर चलेंगे तो। ब्रह्मा की राय भी मशहूर है। ... बाप समझाते हैं कि कोई भी आकारी-साकारी देवता से बुद्धियोग नहीं लगाओ। ... मामेकम् याद करो और प्रतिज्ञा करो कि हम काम चिता से उतर ज्ञान चिता पर बैठेंगे।”

सा.बाबा 26.12.08 रिवा.

हर चीज़ सतो, रजो, तमो होती है, ऐसे ही याद की भी स्टेजेज होती हैं।

एक परमात्मा की अव्यभिचारी याद- परमात्मा की अव्यभिचारी याद में भी सतोप्रधान अव्यभिचारी याद, रजोप्रधान अव्यभिचारी याद और तमोप्रधान अर्थात् साधारण अव्यभिचारी याद। सतोप्रधान अव्यभिचारी याद में आत्मा देह सहित देह के सर्व सम्बन्धों को भूल अपने बिन्दु रूप में स्थित होकर एक परमात्मा की याद में स्थित होती है। उस समय आत्मा को अपने अस्तित्व की भी याद नहीं रहती है, जो अवस्था लीन के समान ही होती है। परमात्मा की अव्यभिचारी याद की रजोप्रधान स्थिति है अर्थात् परमात्मा से सहयोग आदि की आशा रखकर याद होती है। ऐसे ही परमात्मा की अव्यभिचारी याद की तमोप्रधान स्थिति अर्थात् साधारण याद की स्थिति है, जब परमात्मा से कोई उल्हना आदि बुद्धि में होते हैं। उसमें वस्तु और व्यक्तियों की अव्यभिचारी याद भी होती है।

सतयुग-त्रेता में वस्तु और व्यक्तियों की अव्यभिचारी याद - शादी करते हैं तो एक के साथ ही सम्बन्ध रखते हैं परन्तु अन्य वस्तु और व्यक्तियों की याद भी रहती ही होगी परन्तु वहाँ विकारी नहीं होते हैं।

द्वापर-कलियुग में वस्तु और व्यक्तियों की अव्यभिचारी याद - द्वापर-कलियुग में भी शादी करते हैं। पतिव्रता नारी एक पति को ही याद करती, उसके साथ ही दैहिक सम्बन्ध रखती है परन्तु उसके साथ अनेक वस्तु-और व्यक्ति तो याद आते ही हैं परन्तु विकार के लिए नहीं।

व्यभिचारी याद - द्वापर-कलियुग में अनेक वस्तु और व्यक्तियों की याद रहती है और दैहिक सम्बन्ध भी अनेकों के साथ हो जाते हैं।

“अभी देह का अहंकार छोड़कर मुझ बाप को याद करो तो इस याद की योगाग्नि से विकर्म विनाश होंगे। ... पावन बनने का यह एक ही उपाय है। ... अव्यभिचारी याद एक बाप की याद को ही कहा जाता है। ... इस पुरानी देह और पुरानी दुनिया को भूल एक बाप को ही याद करना है।”

सा.बाबा 10.10.08 रिवा.

17. किसी सुरम्य शान्त स्थान पर बैठकर याद करना

बस्ती में याद करना

मन्दिर, मस्जिद, गुरुद्वारे, आश्रम में याद करना

घर-गृहस्थ में रहते याद

सेवाकेन्द्र पर बैठकर या रहते हुए याद

उपर्युक्त पाँचों प्रकार के स्थानों पर बैठकर परमात्मा की याद करेंगे तो आत्मा को महसूसता अलग-अलग होगी और मन-बुद्धि को परमात्मा की याद में एकाग्र करने के पुरुषार्थ में अलग-अलग प्रकार के संकल्प आयेंगे और समय भी अलग-अलग लगेगा।

“अभी तुम पुरुषार्थ करते हो, जितना पुरुषार्थ करेंगे, उतना भविष्य में ऊंच पद पायेंगे।... बाबा कहते हैं - घर-गृहस्थ में रहते भी यदि पूरा योग लगायें तो यहाँ वालों से भी ऊंच पद पा सकते हैं।”

सा.बाबा 13.11.08 रिवा.

“बाप को सदैव याद रखेंगे तो ... माया दूर से ही भाग जायेगी। ... जंगल में जानवर वार न करे, उसके लिए आग जलाते हैं। याद की अग्नि जली हुई होगी तो माया आ नहीं सकेगी। यह लगन की अग्नि बुझनी नहीं चाहिए।”

अ.बापदादा 24.1.70

18. अमृतवेले की याद

नुमा: शाम अर्थात् सायंकाल की याद

मध्यान्ह की याद

मध्य रात्रि की याद

अमृतवेले की याद में बच्चा बनकर बाप से रूह-रुहान होती है, दिन का आरम्भ करते हैं तो दिनचर्या का प्रोग्राम बनाते हैं। सायंकाल के लिए गायन है कि फरिश्ते सायंकाल चक्कर लगाते हैं अर्थात् फरिश्ता बनकर विश्व की आत्माओं को सकाश देते हैं। मध्यान्ह में

कारोबार करते बीच-बीच में समय निकाल कर याद करने का अभ्यास करते हैं तो कर्मयोगी होते हैं। मध्य रात्रि के लिए बाबा ने कहा कि 11 बजे से 2 बजे रात्र का समय याद के लिए अच्छा नहीं होता है क्योंकि वह समय तमोगुणी होता है। बहुधा इसी समय मनुष्य विकार में जाते हैं, उनका वह वायब्रेशन वातावरण को दूषित कर देता है। इसलिए उस याद करना अच्छा नहीं माना जाता है।

“ऐसे सच्ची दिल के स्नेही बच्चे जो दिल से बाप को याद करते हैं, वे सदा ही बाप की याद में बाप के दिल तख्तानशीन बनते हैं। बापदादा ऐसे स्नेही बच्चों को विशेष अमृतवेले कोई न कोई विशेष वरदान देते हैं क्योंकि वे स्नेह देने वाले दिल के स्नेही बच्चे बापदादा को भी अपने तरफ खींच लेते हैं क्योंकि दिल का सच्चा स्नेह है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“सवेरे उठकर जितना हो सके अपने को आत्मा समझ मुझ बाप को याद करो - यह है बाप का फरमान। ... पूरा नष्टोमोहा बनना है, जो अन्त समय बाप के सिवाए और कोई याद न आये, ऐसा अभ्यास डालना है।”

सा.बाबा 27.10.08 रिवा.

“सदा कम्बाइण्ड रूप में रहो। कम्बाइण्ड को कोई अलग नहीं कर सकता। जैसे इस समय आत्मा और शरीर कम्बाइण्ड है, ऐसे बाप और आप कम्बाण्ड रहो। ... रोज़ अमृतवेले स्वयं को ब्राह्मण जीवन के स्मृति का तिलक लगाओ।”

अ.बापदादा 18.11.93 पार्टी 2

“मुरली लिखकर फिर रिवाइज़ करनी चाहिए। ... रात को जागो तो आदत पड़ जायेगी। जो सच्चा-सच्चा बाबा को याद करने वाला होगा, उनकी आंख आपेही खुल जायेगी। बाबा अपना अनुभव बताते हैं। कैसे रात को आंख खुल जाती है। ... बाबा का रथ भी देखो कितना पुराना है।”

सा.बाबा 3.10.08 रिवा.

“सवेरे उठकर बाबा को याद करो तो उसका नशा सारा दिन रहेगा। मनुष्य धन कमाते हैं तो नशा रहता है ना कि आज इतना कमाया। यह भी धन्धा है, व्यापार है तो उसमें कितनी मेहनत करनी चाहिए। बाबा अपना अनुभव बताते हैं, कितनी मेहनत करते हैं। सवेरे उठकर अपने से बाते करनी हैं।”

सा.बाबा 24.9.08 रिवा.

१९. ज्वालारूप की याद / शीतल याद / साधारण याद

२०. व्यक्तिगत रूप में याद / संगठित रूप में याद

व्यक्तिगत रूप में परमात्मा को याद करने बैठते हैं और संगठित रूप में बैठकर याद करते हैं तो दोनों में अन्तर होता है। संगठित रूप में एक-दो का वायब्रेशन एक-दो को मदद भी करता है तो बाधा भी डालता है। बाबा ने अनेक बार कहा है - क्लास में बैठकर बुद्धियोग बाहर भटकता है तो उनका पाप का खाता बनता है क्योंकि उनका वह वायब्रेशन दूसरों की स्थिति को प्रभावित करता है। ऐसे ही यदि संगठित रूप में बैठते हैं और उस समय अच्छी रीति एकाग्र चित्त होकर बैठते हैं तो हमारा वह वायब्रेशन दूसरों को मदद भी करता है, जिससे पुण्य का खाता जमा होता है।

२१. सोकर उठते समय की याद

सोने के समय की याद / खाना खाते समय की याद

किसी आत्मा से बात करते समय की याद

कार्य-व्यवहार के समय की याद

इन उपर्युक्त पाँच प्रकार की स्थितियों में याद की स्थिति अपनी-अपनी होती है। बाबा ने कहा है - सोकर उठो तो पहला संकल्प करो कि मैं परमधाम से इस देह में अवतरित हुआ हूँ, बापदादा से गुडमॉर्निंग करो। सोने के समय जब याद में बैठते हो तो अपना सारे दिन का पोतामेल बाबा को बताकर हिसाब-किताब चुक्त्तू कर निर्संकल्प होकर परमधाम में चले जाओ।

बाबा ने कहा है - जब आत्माओं से कार्य-व्यवहार की या सेवा की बात करते हो तो भाई-भाई की दृष्टि रखकर बात करो। भृकुटी में आत्मा को देखकर बात करो। कार्य-व्यवहार करते हुए याद रखो कि बाबा ने ये कार्य हमको दिया है, ईश्वरीय सेवार्थ। जब ऐसा समझकर कार्य-व्यवहार करेंगे, और उस समय कोई आत्मा सामने आयेगी तो उसको भी बाप का परिचय दे सकेंगे।

“रात को बैठकर यह स्मृति में लाओ कि यह ड्रामा कैसे चक्र लगाता है ? यही मन्मनाभव है। परन्तु माया रात को भी बैठने नहीं देती है। एक्टर्स की बुद्धि में तो ड्रामा का राज रहना चाहिए ना। परन्तु है बड़ा मुश्किल। कहाँ न कहाँ बुद्धि फँस पड़ती है तो बाबा बुद्धि का ताला बन्द कर देते हे।”

सा.बाबा 18.11.08 रिवा.

“अगर अनुभव की अर्थॉरिटी है तो कोई भी परिस्थिति अनुभव की अर्थॉरिटी के आगे कुछ भी प्रभाव नहीं डाल सकती है। सभी बच्चे ज्ञान की समझ से जानते हैं कि मैं आत्मा हूँ, बोलते भी हैं लेकिन चलते-फिरते हर समय आत्मिक स्वरूप की अनुभूति है ? ज्ञान की हर प्वाइन्ट का

अनुभव करते हैं?”

अ.बापदादा 15.11.08

“स्मृति शक्तिवान है तो स्थिति और कर्म भी शक्तिवान होगा। इसलिए कब भी अपनी स्मृति को कमजोर न रखना। शक्तिदल वा पाण्डव कब असफल हो सकते हैं क्या! अपनी कल्प पहले वाली बात याद है ... पाण्डव विजयी बने ना! तो अब अपनी स्मृति को श्रेष्ठ बनाओ।”

अ.बापदादा 26.1.70

“दूसरे शरीर में प्रवेश होकर कैसे कर्तव्य करना होता है, यह अनुभव बाप के समान करना है। ... आप लोग भी ऐसे अनुभव करेंगे, जैसे यह लोन लिया हुआ शरीर है। ... जब तक अपने को मेहमान नहीं समझते हो, तब तक न्यारी अवस्था नहीं हो सकती है। जो ज्यादा न्यारी अवस्था में रहते हैं, उनकी स्थिति में विशेषता क्या होती है? उनकी बोली और चलन से उपराम स्थिति का औरों को भी अनुभव होगा।”

अ.बापदादा 26.1.70

“अभी-अभी एक सेकेण्ड में आत्म-अभिमान, अपने शरीर को भी देखते हुए अशरीरी स्थिति में न्यारा और बाप का प्यारा अनुभव कर सकते हो ना! तो अभी एक सेकेण्ड में अशरीरी भव। (ड्रिल) ऐसे ही बीच-बीच में सारे दिन में कैसे भी एक मिनट निकालकर इस अभ्यास को पक्का करते चलो।”

अ.बापदादा 20.10.08

“यह है तुम्हारी रुहानी यात्रा। बाबा की याद में रहना है। समझते हो - यह शरीर जहाँ तक रहेगा, वहाँ तक यह यात्रा चालू है। ... कर्म करते याद करते रहो। अभी हम बाबा के पास जाते हैं, बाबा परमधाम से हमको लेने के लिए आया है।”

सा.बाबा 12.12.08 रिवा.

“अगर बहुत समय का लिंक अन्त तक अटूट रहा तो एक्सट्रा हेल्प मिल सकती है। ... सर्विस की सब्जेक्ट में इन्चार्ज बनना आता है लेकिन याद की सब्जेक्ट में बैटरी चार्ज करना बहुत कम आता है। ... साकार रूप में सर्विस की जिम्मेवारी सभी से ज्यादा थी ... रेस्पॉन्सिबिलिटी के संकल्पों में थे फिर भी सागर की लहरों में देखते थे वा सागर के तले में देखते थे?”

अ.बापदादा 2.4.70

“बेहद के मात-पिता की दुआयें आधा कल्प चलती हैं। ... बेहद के मात-पिता को सभी याद करते हैं, अभी वह मात-पिता दुआयें कर रहे हैं। पढ़ाकर पतित से पावन बना रहे हैं।”

सा.बाबा 4.10.08 रिवा.

“बाबा को यादकर भोजन खाओ तो तुमको ताक़त मिलेगी। अशरीरी होकर तुम आबूरोड तक पैदल चले जाओ, कभी तुमको कुछ भी थकावट नहीं होगी। ... बाबा प्रैक्टिस कराते थे। कुछ भी थकावट नहीं होती थी।”

सा.बाबा 4.10.08 रिवा.

२२. साधन और सुविधाओं के आधार पर याद

बिना किसी स्थूल साधन-सुविधाओं के आधार पर याद

जैसे गीत बजे तो याद रहे और न बजे तो संकल्प भटकता रहे।

कोई सामने बैठे और बैठकर दृष्टि दे तो याद रहे, सामने न बैठे, दृष्टि देने वाला न हो तो मन-बुद्धि भटकता रहे।

सामने चित्र आदि हो तो याद रहे, न हो तो याद कर न सकें, बुद्धियोग भटकता रहे।

लाल लाइट हो तो परमात्मा और परमधाम की याद रहे, लाल लाइट न हो तो याद स्थिर न हो।

बाबा ने कहा- साधनों को प्रयोग करते भी साधना कम न हो। यदि साधनों के आधार पर साधना है तो वह साधना सफल नहीं हो सकती है क्योंकि साधन तो विनाशी हैं, इसलिए विनाशी साधनों के आधार पर साधना हुई तो वह भी विनाशी ही होगी अर्थात् उससे अविनाशी सुख की प्राप्ति नहीं हो सकती। उस साधना में भय-चिन्ता अवश्य होगी।

“चलते-फिरते बाप को याद करते, बाप से बातें करते रहना है। ... अच्छा पढ़ने वाला होगा तो अन्दर प्यार करते रहेंगे। समझेंगे, यह राजाई में आयेंगे।”

सा.बाबा 27.9.08 रिवा.

“भल अपना राजयोग है, तो भी बहुत साधारण रहना है।... देखते हो यह बाबा कितना साधारण चलते हैं। ... ऐसे बाप का तो फरमानबरदार, वफादार बनना चाहिए।”

सा.बाबा 22.3.06 रिवा.

“अपना आदि से अन्त तक का यह नियम है कि न बिल्कुल सादा हो और न बहुत रॉयल हो। बीच का होना चाहिए।... अभी साधन भी हैं और साधन देने वाले भी हैं फिर भी कोई भी कार्य करो तो बीच का करो।... ऐसा भी कोई न कहे कि यह क्या लगा दिया और कोई ये भी न कहे कि अभी तो राजाई ठाठ हो गया है।”

अ.बापदादा 22.12.95

२३. कर्म-सम्बन्ध के समय की याद / कर्म-बन्धन के समय की याद

कर्मातीत स्थिति की याद

पूर्ण कर्मातीत बनने के बाद तो यह शरीर ही नहीं रहेगा परन्तु देह में रहते कर्म से न्यारे कर्मातीत स्थिति के निकट पहुँचने से आत्मा को परमात्मा की खिंचावट होगी, उसको पुरुषार्थ नहीं करना होगा। कर्म-बन्धन के समय आत्मार्थ परमात्मा को कर्म-बन्धन से मुक्त होने

के लिए पुकारती हैं अर्थात् याद करती हैं। यथार्थ कर्म-सम्बन्ध तो सतयुग में ही होगा परन्तु उस समय परमात्मा की याद नहीं होगी, आत्माओं को आत्माओं की याद होगी, भौतिक वस्तुओं की याद होगी परन्तु वह नाम मात्र ही होगी। अभी संगमयुग पर सम्बन्धों में मधुरता है, तो भी आत्मा को परमात्मा को याद करना ही है। बाबा ने कहा है - तुमको लौकिक और अलौकिक दोनों प्रकार के सम्बन्धों में फँसना नहीं है।

“शरीर में होते हुए भी इस उपराम अवस्था तक पहुँचना है। बिल्कुल देह और देही अलग महसूस हो। उसको कहा जाता है याद की यात्रा की सम्पूर्ण स्टेज वा योग की प्रैक्टिकल सिद्धि। बात करते-करते न्यारापन खींचे। बात सुनते भी जैसे कि सुनते नहीं हैं। ऐसी भासना औरों को भी आये। ऐसी स्टेज को कर्मातीत अवस्था कहा जाता है।”

अ.बापदादा 26.1.70

“एक की याद ही अनेक बन्धनों को तोड़ने वाली है। ... एक बाप के सिवाए, दूसरा न कोई। जब ऐसी अवस्था हो जायेगी, फिर यह बन्धन आदि सभी खत्म हो जायेंगे। जितना बाप के साथ अटूट स्नेह होगा, उतना ही अटूट सहयोग मिलेगा। सहयोग नहीं मिलता है तो उसका कारण स्नेह में कमी है।”

अ.बापदादा 26.1.70

“नॉलेज तो बहुत सहज है बाकी कर्मातीत अवस्था को पाना, इसमें ही सारी मेहनत है। जब सब विकर्म विनाश हों तब तो उड़ सकें। ... योग कोई सेकण्ड का नहीं है। जहाँ तक जीना है, वहाँ तक योग लगाते रहना है।”

सा.बाबा 23.10.08 रिवा.

24. सेवाकेन्द्र पर रहते हुए अर्थात् समर्पित जीवन में बाबा की याद

गृहस्थ में रहते हुए बाबा की याद / ट्रस्टी बनकर गृहस्थ में रहते हुए बाबा की याद

“तुम्हें कोई से भी डिबेट करने की दरकार नहीं है। ... बाप ने कहा है - मामेकम् याद करो और दूसरा फरमान है - गृहस्थ व्यवहार में कमल फूल समान पवित्र रहो। योग अग्नि से ही पाप नाश होंगे। ... यह सब प्वाइन्ट्स सिमरण करने से नई-नई प्वाइन्ट्स मिलती रहेंगी, स्टीमर भरता रहेगा।”

सा.बाबा 5.12.08 रिवा.

“भगवान कहते हैं इस धन-दौलत से बुद्धियोग निकाल तुम ट्रस्टी होकर चलो ... श्रीमत पर चलने से ही तुम श्रेष्ठ बनेंगे। आसुरी मत पर चलने से तुम भ्रष्ट बने हो।”

सा.बाबा 4.10.08 रिवा.

“मधुवन में अव्यक्त स्थिति में अव्यक्त आनन्द, अव्यक्त स्नेह, अव्यक्त शक्ति सहज ही वरदान के रूप में सहज रीति प्राप्त होता है। ... सदैव वरदाता की याद में रहने से यह वरदान

अविनाशी रहेगा। अगर वरदाता को भूले तो वरदान भी खत्म।”

अ.बापदादा 24.1.70

“जितना नष्टोमोहा बनेंगे, उतना ही स्मृति स्वरूप बनेंगे। स्मृति को सदा कायम रखने के लिए साधन है नष्टोमोहा बनना। नष्टोमोहा बनने का सहज साधन है बाप को सर्व समर्पण करना। ... हम निमित्त हैं, चलाने वाला जैसे चलावे, वैसे हमको चलना है।”

अ.बापदादा 24.1.70

25. विभिन्न सम्बन्धों के रूप में याद

बाप के रूप में, टीचर के रूप में, सतगुरु के रूप में, अन्य सम्बन्धों के रूप में - यथा सखा, साजन आदि आदि

आशिक-माशूक

इन सब स्थितियों की याद के बाबा ने श्रीमत दी है और बताया है कि उस समय हमारी याद कैसी होनी चाहिए। बाबा ने कहा है - बाप के सम्बन्ध की याद होगी तो बाप का वर्सा याद आयेगा, बाप की पालना याद आयेगी। टीचर के सम्बन्ध से टीचर की पढ़ाई भी याद आयेगी और सतगुरु के रूप में परमात्मा को याद करेंगे तो उनकी श्रीमत बुद्धि में रहेगी। ऐसे ही साजन-सजनी के रूप में, सखा के रूप में याद करने से अलग-अलग महसूसता होती है। “सदा साथ रहने वाला युगल कौन है? ... ऐसा युगल कल्प में एक बार ही मिलता है, उनको तो पूरा ही साथ रखना चाहिए ना। ... जिसके साथ स्नेह होता है, उसको सदा साथ रखा जाता है। ... अगर युगल साथ होगा तो माया आ नहीं सकेगी।”

अ.बापदादा 23.1.70

“जब कोई आते हैं तो पहले-पहले बाप की महिमा जरूर बतानी है। बच्चे भूल जाते हैं कि बाप की महिमा कैसे सुनायें। पहले तो समझाना है कि वह सुप्रीम बाप है, सुप्रीम टीचर है, सतगुरु भी है। तीनों रूपों से याद करना पड़े। यूँ तो याद एक शिवबाबा को ही करना है परन्तु तीनों रूपों से याद करना है।”

सा.बाबा 23.01.09 रिवा.

“शिवबाबा हमारा बाप, टीचर, सतगुरु है, यह याद रहे तो अहो सौभाग्य। बाबा को भूल जाते हैं तो फिर लौकिक देह के सम्बन्ध याद आ जाते हैं। वास्तव में तुम्हारी बुद्धि और सब से निकल जाना चाहिए। ... अगर कोई दूसरा याद आता है तो ऐसे नहीं कहेंगे कि सद्गति में जा रहे हैं। देह-अभिमान में हैं तो दुर्गति ही होती है। देही-अभिमानि हो तो सद्गति होती है।”

सा.बाबा 26.02.09 रिवा.

२६. शिवबाबा-ब्रह्मा बाबा की याद / आत्माओं अर्थात् बच्चों की याद

ब्रह्मा तन में पधारे शिवबाबा भी बच्चों को याद करते हैं परन्तु शिवबाबा बच्चों को सकाश अर्थात् शक्ति देने के लिए याद करते हैं। आत्मायें परमात्मा को, उनसे शक्ति लेने के लिए याद करती हैं। आत्मायें आत्माओं को सहयोग देने और लेने दोनों के लिए याद करती हैं। ब्रह्मा बाबा भी शिवबाबा को याद करते हैं और शिवबाबा भी ब्रह्मा बाबा को याद करते हैं। शिवबाबा ब्रह्मा बाबा को याद कर उनको शक्ति देते हैं, ब्रह्मा बाबा शिवबाबा को याद करके उनसे शक्ति लेते हैं।

जब आत्मायें परमात्मा को याद करती हैं और ब्रह्मा तन में पधारे परमात्मा से उनकी दृष्टि मिलती है तो आत्मायें अनुभव करती हैं कि हमको उनसे शक्ति मिल रही है, आत्मायें राहत महसूस करती हैं।

आत्मायें जब आत्माओं को याद करती हैं तो एक-दो की याद मिलती है तो जाने-अन्जाने उसकी अनुभूति होती है।

“बेहद का बाप तो यात्रा में नहीं बैठे हैं, वे तो बच्चों को सकाश की मदद दे रहे हैं अर्थात् इस शरीर को भुला रहे हैं। ... तुम हर एक की बुद्धि बाप की तरफ जाती है और बाप की बुद्धि वा दृष्टि फिर बच्चों की तरफ जाती है। तुम यह अभ्यास करते हो डेड साइलेन्स का अर्थात् शरीर को छोड़ अलग होना चाहते हो।”

सा.बाबा 16.03.09 रिवा.

योग और सहयोग

सहयोग भी योग ही है। बाबा ने भी सहयोग को योग कहा है और बताया है कि सहयोगी भी योगी है। जो यज्ञ में सहयोग करता है, वह एक दिन राजयोगी अवश्य बन जाता है। यज्ञ के किसी कार्य में सहयोग करता है, उसका उसको फल मिलता है, उसका भी परमात्मा के साथ सम्बन्ध बनता है, इसलिए वह भी योगी है। जो नई दुनिया के निर्माण में सहयोग करता है, उसको नई दुनिया में उसका फल अवश्य मिलेगा। यथार्थ रीति परमात्मा को याद करने वाले को परमात्मा का सहयोग मिलता है, जिससे उसके सभी कार्य सहज हो जाते हैं, जीवन सुखमय बन जाता है।

“बाप कहते हैं - तुम दुखी बने हो, अब तुम मुझे याद करोगे तो मैं भी तुमको मदद करूँगा। तुम नफरत करोगे तो मैं क्या करूँगा। यह तो गोया अपने ऊपर नफरत करते हैं। ... यह ज्ञान और योग बल की रेस है। इसमें जो तीखे जाते हैं, वे ही गले का हार बनेंगे और तख्त पर नजदीक बैठेंगे।”

सा.बाबा 21.11.08 रिवा.

याद का प्रभाव और याद पर प्रभाव

मनुष्यात्मा की याद का प्रभाव जड़-जंगम-चेतन पर तीनों पर अवश्य पड़ता है और हमारी याद पर जड़-जंगम-चेतन तीनों का प्रभाव पड़ता है। याद भी एक कर्म है, उसका प्रभाव जड़-जंगम-चेतन को प्रभावित करता है और जीवात्मा जिस वातावरण में रहती है, जिसके सम्बन्ध-सम्पर्क में आता है, वह भी उसकी याद को अवश्य प्रभावित करता है।

वातावरण का और दूसरी आत्माओं का हमारी याद पर प्रभाव

आत्मा जिसको याद करती है, उसके गुण-धर्म, स्वभाव-संस्कार याद करने वाले को अवश्य प्रभावित करते हैं। ऐसे ही अन्न पर आत्मा की याद का और आत्मा की याद पर अन्न का प्रभाव होता है।

यह जीवन दो बातों पर आधारित है। एक है अन्नमय और दूसरा है ज्ञानमय। अन्न पर याद का प्रभाव अर्थात् जिसकी याद में खाना बनाते हैं, खाना बनाते समय जैसी याद होती है, उस याद का प्रभाव अन्न पर पड़ता है और उस अन्न का वैसा ही प्रभाव खाने वालों पर पड़ता है।

अन्न का याद पर प्रभाव अर्थात् जिस याद में बनाया हुआ भोजन जीवात्मा ग्रहण करती है, उसमें नीहित वृत्ति और वायब्रशेन्स का प्रभाव खाने वाले के जीवन को अर्थात् कर्म-संस्कारों को और उसकी याद पर पड़ता है।

जीवात्मा स्थूल-सूक्ष्म इन्द्रियों से जो भी ग्रहण करता है, स्पर्श करता है, सम्पर्क में आता है, वह सब परमात्मा की याद अर्थात् योग को प्रभावित करता है। जीवात्मा विकार में जाती है, देखती है, संग में रहती है तो एक-दूसरे के सेल्स स्थूल या सूक्ष्म रूप से एक दूसरे में प्रवेश करते हैं और वे समकक्ष सेल्स को आकर्षित करते हैं, जो आत्मा की याद को प्रभावित करते हैं अर्थात् उसकी याद आती है और वह स्मृति हमारे परमात्मा के साथ योग को प्रभावित करती है अर्थात् वह स्मृति सहयोगी भी बन सकती है तो हमारे योग में विघ्नरूप भी बन सकती है, इसलिए बाबा ने इन सब बातों के विषय में ज्ञान दिया है, जो जितना परहेज रखता है, उसका योग उतना ही सफल होता है। दृष्टि से आत्मा पावन भी बनती है तो पतित भी बनती है। परमात्मा की ब्रह्मा तन से दृष्टि आत्मा को पावन बनाती है, उसके योग को सिद्ध करने में सहयोगी बनती है। विकार के वशीभूत व्यक्ति की दृष्टि विकार की ओर आकर्षित करती है अर्थात् योगभ्रष्ट करती है।

याद से याद मिलती है और मिलकर याद गहरी होती जाती है। इसलिए ही बाबा कहते हैं - तुम याद करो तो याद मिलेगी।

जीवात्मा की जैसी याद और याद की स्थिति होती है, वैसे ही शब्द उसके मुख से निकलते हैं और वे शब्द उसकी याद की स्थिति का अनुभव कराते हैं।

“याद में रहना ही तुम्हारी यात्रा है। याद है मुख्य। बच्चे याद करते रहें तो खुशी का पारा चढ़ा रहे। साथ में औरों को भी यात्रा पर ले जाना है।... भक्ति भी पहले अव्यभिचारी, फिर व्यभिचारी हो जाती है। ये सब बातें अच्छी रीति चित्रों पर सिद्ध कर बताई जाती हैं। समझाने वालों की बुद्धि में यही चलता रहेगा कि ऐसे-ऐसे चित्र बनायें, यह समझायें।”

सा.बाबा 27.11.08 रिवा.

“यह देलवाड़ा मन्दिर तुम्हारा अभी का यादगार बना हुआ है। ... आदि देव और आदि देवी भी राजयोग सीख रहे हैं। यह भी याद उस निराकार परमपिता परमात्मा को ही करेंगे।”

सा.बाबा 30.10.08 रिवा.

“तुम्हारे सिर पर जन्म-जन्मान्तर के पाप हैं, वे याद के सिवाए भस्म नहीं होंगे। एवर-हेल्दी बनने के लिए बाप को याद करना है। एवर-हेल्दी, एवर-वेलदी पने का वर्सा बाप से ही मिलता है। ... याद से विकर्म विनाश होंगे, जिससे 21 जन्मों के लिए हेल्थ मिलेगी और स्वदर्शन चक्रधारी बनेंगे तो फिर 21 जन्मों के लिए वेलथ मिलेगी।” सा.बाबा 27.10.08 रिवा.

“हमें उन राहों पर... बाप को भूलते हो अर्थात् गिरते हो और बाप को याद करते हो तो सम्भलते हो।... सर्व आत्माओं का बाप पारलौकिक परमपिता परमात्मा एक ही है, उनका नाम है शिवबाबा।”

सा.बाबा 28.10.08 रिवा.

“जितना जो विदेही होगा, उतना वह बाप का स्नेही होगा ... क्योंकि बाप विदेही है ना। ऐसे ही देह में रहते विदेही रहने वाले सर्व के स्नेही रहते हैं।”

अ.बापदादा 5.4.70

“गायन है निश्चय में विजय है। तो प्रीतबुद्धि बच्चों ने समझा है कि हमको भगवान पढ़ाते हैं। ... बाप को याद करते हैं, फिर माया रावण बुद्धि का योग तोड़ देती है। माया से बहुत सावधान रहना है। जितना आगे जायेंगे, उतना तुम्हारा प्रभाव भी निकलेगा और खुशी का पारा भी चढ़ेगा। नया जन्म लेंगे तो बहुत शो करेंगे।”

सा.बाबा 11.01.69

“आधा घण्टा भी कोई याद में नहीं रह सकते। मुरली सुनना कोई याद नहीं है। यह तो धन कमाते हो। याद में तो सुनना बन्द हो जाता है। ... बाबा आप तो अभोक्ता हो, यह कैसे कहूँ कि बाबा आप भी खाते हो, हम भी खाते हैं। कोई-कोई बात में कहेंगे कि बाबा भी साथ है।”

सा.बाबा 9.01.09 रिवा.

परमात्मा की याद का कर्म पर प्रभाव और कर्म का योगाभ्यास पर प्रभाव

ये विश्व-नाटक कर्म-क्षेत्र है और यहाँ पर स्मृति-विस्मृति, सुख-दुख, हार-जीत का अनादि-अविनाशी खेल चलता है। इस खेल में पार्ट बजाने के लिए स्मृति अर्थात् याद आत्मा का स्वभाविक गुण है, जिसके आधार पर ही वह इस विश्व-नाटक में पार्ट बजाती है परन्तु समय और पार्ट के अनुसार याद की स्थिति बदलती रहती है। एक याद से विकर्म होते हैं, जिसके फलस्वरूप आत्मा दुखी होती है अर्थात् जब आत्मा विकारों के वशीभूत इस विश्व की वस्तु और व्यक्तियों को याद करती है और उस याद में जो कर्म करती है, वे कर्म विकर्म होते हैं, जिसके फलस्वरूप आत्मा को दुख भोगना होता है। एक याद से आत्मा के विकर्म का खाता भस्म होता है अर्थात् जब आत्मा अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर परमात्मा और विश्व-नाटक के यथार्थ ज्ञान को धारण कर कर्म करती है तो उस याद से विकर्मों का खाता भस्म होता है और उस याद में स्थित आत्मा श्रेष्ठ कर्म करने में समर्थ होती है, जिससे उसका पुण्य का खाता जमा होता है। जब आत्मा आत्मिक शक्ति भरपूर होती है, वह विकारों के वशीभूत न होकर साधारण स्थिति में स्थित वस्तु और व्यक्तियों को याद करती है, उनकी याद में कर्म करती है, उस समय आत्मा को सुख की अनुभूति होती है परन्तु उस समय भी आत्मिक शक्ति का और पुण्य का खाता कम जरूर होता है।

इस प्रकार हम देखें तो याद और कर्म का गहरा सम्बन्ध है। जैसी याद होती है, वैसे ही आत्मा के कर्म होते हैं और उस अनुसार ही उसका प्रभाव होता है, जो आत्मा के स्वयं के ऊपर भी होता है और वातावरण को भी प्रभावित करता है, जिससे अन्य आत्मायें भी प्रभावित होती है, जिससे उसके पाप या पुण्य का खाता प्रभावित होता है अर्थात् या तो खाता कम होता है या जमा होता है।

आत्मिक शक्ति और पुण्य का खाता जमा होने का विधि-विधान संगमयुग पर ही चलता है। जब आत्मा परमात्मा की और सृष्टि-चक्र के यथार्थ ज्ञान की स्मृति में कर्म करती है अर्थात् पार्ट बजाती है। सतयुग-त्रेता में आत्मा जिन वस्तु या व्यक्तियों की याद में कर्म करती है, उसमें किसी प्रकार के विकार का भाव नहीं होता है, इसलिए उनसे पाप नहीं होता है, इसलिए उनको अकर्म कहा जाता है, परन्तु उससे भी आत्मा का संचित खाता कम तो होता ही है। द्वापर-कलियुग में जो याद होती है और जो कर्म होते हैं, उनसे सुख और दुख दोनों का खाता चलता है।

Q. सुकर्म, विकर्म और सामान्य कर्म की परिभाषा क्या है और सुकर्म किस-किस रीति होते हैं और उनका याद से क्या सम्बन्ध है ?

सुकर्म अर्थात् जिससे आत्मा और सृष्टि का भला हो, चढ़ती कला हो। विकर्म अर्थात् जिससे आत्मा की उतरती कला होती है और पाप कर्मों का खाता बढ़ता जाता है। सामान्य कर्म अर्थात् जिनसे आत्मा की उतरती कला तो होती है लेकिन पाप-कर्म का खाता नहीं बढ़ता है। सामान्य कर्म सतयुग आदि से ही आरम्भ हो जाते हैं, जिनको बाबा ने अकर्म की संज्ञा दी है। विकर्म द्वापर से आरम्भ होते हैं, जब आत्मा विकारों के वशीभूत हो जाती है। सुकर्म संगमयुग पर ही होते हैं, जब परमात्मा सत्य ज्ञान देते हैं और कर्मों की गहन गति समझाते हैं। सुकर्म यथार्थ ज्ञान की धारणा और परमात्मा की याद से ही होते हैं। सुकर्म अर्थात् परमात्मा की याद स्वयं करना, दूसरों को याद का रास्ता बताना, दूसरों को याद करने में सहयोग करना, उसके लिए साधन-सामग्री निर्माण करना आदि-आदि सब सुकर्म हैं, जिनसे आत्मा की चढ़ती कला होती है परन्तु ये कर्म वही कर सकता है, जिसकी बुद्धि में परमात्मा की याद होगी और सृष्टि-चक्र का ज्ञान होगा।

“अभी तुम बच्चों के दिल में बाप की याद आई है। ऐसे नहीं कि तुम्हारे में बाप ने प्रवेश किया है। ... मुझे याद करो तो उस योग अग्नि से तुम्हारे विकर्म विनाश होंगे। ... बाप की याद से ही पाप भस्म होते हैं, और कोई की याद से पाप भस्म नहीं होते हैं।”

सा.बाबा 10.9.08 रिवा.

“शिवबाबा को याद कर भोजन बनायें और याद में रहकर खाओ तो तुम्हारी अवस्था बहुत अच्छी हो जाये। ... वह भी बच्चों की बुद्धि में बैठता नहीं है। नहीं तो बहुत पुरुषार्थ करें। बाबा को तो दिल होती है कि अपने हाथ से शिवबाबा को याद करते भोजन बनाऊं।”

सा.बाबा 19.9.08 रिवा.

“बाप कहते हैं - जब तक तुम पवित्र नहीं बनेंगे, तब तक तुमको वापस ले नहीं जा सकता हूँ। अब मैं तुम आत्माओं को लेने आया हूँ परन्तु तुम्हारे ऊपर विकर्मों का बहुत बोझा है। ... पावन तब बनेंगे जब अपने को अशरीरी समझेंगे, देह सहित देह के सब सम्बन्धों को भूलकर एक मुझ बाप को याद करेंगे।”

सा.बाबा 22.9.08 रिवा.

यथार्थ याद की कसौटी

हमारी याद सही हो, उसके लिए याद के विधि-विधान का ज्ञान होना भी अति आवश्यक है।

“सर्वशक्तिवान बाप के बच्चे हैं फिर शक्ति न आये, यह कैसे हो सकता है। जरूर बुद्धि की तार में कमी है। तार को जोड़ने के लिए जो युक्तियाँ मिलती हैं, उनको अभ्यास में लाओ। तोड़ने के बिगर जोड़ लेते हैं तो पूरा जुटता नहीं है।”

अ.बापदादा 26.1.70

“परिस्थितियाँ तो आयेंगी लेकिन अपनी स्थिति पॉवरफुल होगी तो जैसा समय वैसा तरीका भी टच होगा। अगर समय प्रमाण युक्ति टच नहीं होती तो समझना चाहिए योगबल नहीं है। योगयुक्त है तो समय पर मदद भी जरूर मिलती है।”

अ.बापदादा 26.1.70

“सृष्टि को कौन बदलेंगे? जो पहले खुद बदलेंगे।... शक्ति बिगर बन्धन नहीं टूटेंगे। याद की शक्ति है। एक बाप दूसरा न कोई। ऐसा सौभाग्य कोटों में कोई को मिलता है। ... जो बाप के स्नेही बच्चे हैं, उनमें भल कोई कितना भी दूर हो लेकिन बापदादा के दिल से नज़दीक है।”

अ.बापदादा 26.1.70

Q. यथार्थ याद क्या है?

Q. शिवबाबा की याद कहाँ और कैसे अर्थात् ब्रह्मा तन में या परमधाम में और यदि ब्रह्मा तन में तो कैसे और कहाँ?

ये सृष्टि एक रंगमंच है, जहाँ आत्मा, परमात्मा और प्रकृति का पार्ट चलता है। आत्मा जब इस धरा पर पार्ट बजाने आती है तो उसको पार्ट बजाने के लिए हर समय किसी न किसी वस्तु या व्यक्ति की याद अवश्य रहती है। सारे कल्प आत्मा जिन वस्तु या व्यक्तियों के साथ पार्ट बजाती है उनको याद करती है और उन यादों का खाता आत्मा में संचित होता रहता है, जिनकी याद आत्मा को जाने-अन्जाने आती रहती है। उन सब यादों से आत्मा की उतरती कला ही होती है और कलायें उतरते-उतरते अन्त में आत्मा कलाहीन बन जाती है। सतयुग से लेकर कलियुग तक पार्ट बजाते, वस्तु और व्यक्तियों को याद करते-करते उसकी मन-बुद्धि में इतनी स्मृतियाँ संचित हो जाती हैं कि आत्मा उनको भुलाने का पुरुषार्थ करते हुए भी भुला नहीं पाती है और उन यादों में दुखी-अशान्त होती रहती है और उससे मुक्त होने के लिए परमात्मा को याद करती है। कल्पान्त के संगमयुग पर परमात्मा आकर आत्माओं को दुख-अशान्ति से मुक्त करने के लिए उसको अपना अर्थात् स्वयं का, आत्मा को उसके स्वरूप का और विश्व-नाटक का ज्ञान देते हैं और आत्मा को देह सहित देह की दुनिया की सभी स्मृतियों को भुलाकर अपना बुद्धियोग अपने साथ लगाने का विधि-विधान बताते हैं अर्थात् आत्मा को परमात्मा की याद के लिए प्रेरित करते हैं, जिस याद को राजयोग कहा जाता है।

परमात्मा की उस अव्यभिचारी याद से ही आत्मा की चढ़ती कला होती है।

परमात्मा परमधाम से इस धरा पर ब्रह्मा तन में आते हैं और ब्रह्मा तन से अपना परिचय देते हैं, आत्माओं से मिलते हैं, बात करते हैं, जिसको आत्मा अनुभव भी करती हैं और उस मिलन में अतीन्द्रिय सुख का अनुभव भी करती हैं। अब प्रश्न उठता है कि परमात्मा को ब्रह्मा तन में याद करें या मूलवतन में याद करें। इसका निर्णय करने के लिए एक विशेष बात विचारणीय है कि जब परमात्मा ब्रह्मा तन में आते हैं तो क्या परमधाम में अनुपस्थित होते हैं। दूसरी बात सभी बच्चे तो ब्रह्मा तन में पधारे शिवबाबा के साथ एक साथ और हर समय नहीं रहते हैं तो जब ब्रह्मा तन में याद करें तो उनको कहाँ और कैसे याद करें ?

इस सम्बन्ध में बाबा ने अनेक बार महावाक्य उच्चारें हैं, उनको ध्यान में रखेंगे तो इस प्रश्न का सहज ही हल हो जायेगा। उनमें से कुछ यहाँ लिख रहे हैं। बाबा ने भी कहा है और वास्तविकता भी यही है कि आत्मा की गति इतनी तीव्र है कि वह एक साथ सारे ब्रह्मण्ड में कहाँ भी कार्य कर सकती है परन्तु आत्मा देह और देह के सम्बन्धों की स्मृतियों के कारण उनसे बाहर नहीं निकल पाती है परन्तु परमात्मा को तो कोई देह का बन्धन नहीं है, इसलिए वे सारे ब्रह्मण्ड में कहाँ भी कार्य कर सकते हैं, इसलिए यह नहीं कहा जा सकता कि जब परमात्मा ब्रह्मा-तन में आते हैं तो परमधाम में अनुपस्थित होते हैं। इसलिए परमधाम में याद करना सर्वश्रेष्ठ याद है। ब्रह्मा तन में पधारे परमात्मा को ब्रह्मा तन में भी याद करना कल्याणकारी है लेकिन उसके लिए परमात्मा ने स्वयं कहा है कि इस तन में याद करते समय तन के साथ निराकार परमात्मा की याद अवश्य रहे।

“यह बड़ी मंजिल है। अगर सच्ची मंजिल पानी है तो याद में रहना है। ध्यान से ज्ञान अच्छा है और ज्ञान से याद अच्छी है। ... ज्ञान तो बड़ा सहज है। छोटा बच्चा भी समझा सकता है परन्तु बच्चा मैं जो हूँ, जैसा हूँ वैसे यथार्थ रीति मुझे जानकर और अपने को आत्मा समझ याद थोड़ेही कर सकेंगे।”

सा.बाबा 17.6.05 रिवा.

“सम्पूर्णता की परख यही है कि वे सभी बातों को सभी रीति से, सभी रूपों से परख सकते हैं। ... चित्र स्मृति में आया वा चरित्र भी स्मृति में आया। चित्र के साथ और कुछ याद आया ? चित्र के साथ विचित्र भी याद आया ? कितना समय चित्र की याद में थे और कितना समय विचित्र की याद में थे या दोनों की याद मिली हुई थी। विचित्र के साथ चित्र को याद करने से खुद भी चरित्रवान बन जायेंगे। अगर सिर्फ चित्र और चरित्र को याद करेंगे तो चरित्र की ही याद रहेगी। इसलिए विचित्र के साथ चित्र और चरित्र याद आये। ... व्यक्त भाव से अव्यक्त भाव में कहाँ तक आगे बढ़े, यह अपनी चैकिंग करनी है। अगर अव्यक्ति स्थिति बढ़ी है तो

अपने चलन में भी अलौकिक होंगे। अव्यक्त स्थिति की प्रैक्टिकल परख क्या है? अलौकिक चलन।”

अ.बापदादा 18.1.70

“बापदादा के पास कौन से बच्चे स्वीकार होंगे? जिनको मन्सा में भी और कोई संकल्प न आये। इसको कहा जाता है महाबलि। ऐसे महाबलि को ही महान बल की प्राप्ति होती है। ... सर्वशक्तिवान बाप की सर्वशक्ति की जायदाद के जन्मसिद्ध अधिकार को सदैव अपने सामने रखो।”

अ.बापदादा 23.1.70

“यह खुशी सदा अविनाशी रहे। ... खुशी का दीपक सदा जगा रहे, उसके लिए दो बातें याद रखनी हैं। एक ज्ञान घृत और योग की बत्ती। अगर यह दोनों ही ठीक हैं तो खुशी का दीपक अविनाशी रहेगा। ... हिम्मत बच्चे रखते हैं, बाप मदद देते ही हैं।”

अ.बापदादा 23.1.70

“युगल में रहते भी अकेले बनना है। आत्मा अकेली है। आते भी अकेले हैं और जाते भी अकेले हैं। ... फिर रुहानी युगल बनना है। बाप और बच्चे, आत्मा और परमात्मा भी युगल हैं। ... अकेला भी बन जाना है और फिर युगल भी बनना है।”

अ.बापदादा 23.1.70

“समय की समीपता के प्रमाण स्व-परिवर्तन की शक्ति ऐसी तीव्र होनी चाहिए जैसे कागज के ऊपर बिन्दी लगाओ तो कितने में लगती है? सेकेण्ड भी नहीं। ऐसी तीव्र गति है? ... सभी ने यादप्यार दिल से भेजा है। ... बापदादा सभी को यादप्यार के साथ-साथ यही वरदान दे रहे हैं - बीती को बीती कर बिन्दी लगाये, बिन्दी बन, बिन्दु बाप को याद करो। यही सभी के याद वा समाचारों का रेस्पान्ड बापदादा दे रहे हैं।”

अ.बापदादा 15.10.04

“जन्म जन्मान्तर का देहाभिमान मिटाकर देही-अभिमानि बनें, इसमें बड़ी मेहनत है। कहना तो बड़ा सहज है परन्तु अपने को आत्मा समझें और बाप को बिन्दु रूप में याद करें, इसमें मेहनत है। बाप कहते हैं - मैं जो हूँ, जैसा हूँ, ऐसा कोई मुश्किल याद कर सकते हैं। ... आत्मा-परमात्मा दोनों एक जैसे बिन्दु हैं।”

सा.बाबा 25.1.05 रिवा.

“बाप को और 84 के चक्र को याद करो। यह है ही सहज याद। ... बाप कहते हैं - कोई भी देहधारी को याद नहीं करो। ... तुम आत्मा हो, अपने को आत्मा समझ बाप को याद करो।”

सा.बाबा 8.9.05 रिवा.

“अखण्ड ज्योति को याद करना रांग हो जाता है। याद तो एक्यूरेट चाहिए। पहले एक्यूरेट जानना चाहिए। बाप ही आकर अपना परिचय देते हैं, फिर सृष्टि के आदि-मध्य-अन्त का समाचार सुनाते हैं।”

सा.बाबा 11.5.06 रिवा.

“ऐसे नहीं कि तुम वहाँ सतयुग में सिर्फ बाप को भूल जाते हो परन्तु वह जो है, जैसा है, उस

बाप की याद और सुख देने का ज्ञान भी भूल जाते हो। ... मैं भी बिन्दी हूँ, तुम्हारा भी बिन्दी रूप है। ... ये समझने की बड़ी गुह्य बातें हैं।”

सा.बाबा 12.9.08 रिवा.

“अब बाबा सम्मुख बैठे हैं। जिससे वर्सा मिलता है, उनसे ही लव रहता है, दलाल से नहीं। दलाल तो बीच में हुआ। सौदा तुमको उनसे मिलता है। तो बाप को याद करो। ... दूसरा कोई देहधारी याद न आये।”

सा.बाबा 26.9.08 रिवा.

“अभी हमको इस दुनिया के समाचार की दरकार ही नहीं है। यह तो जानते हैं कि देह सहित इस दुनिया का सब कुछ खत्म हो जाने वाला है। हमको तो बाबा कहते हैं - सिर्फ मुझे याद करो तो तुम मेरे पास आ जायेंगे। शरीर छोड़कर आत्मा भटकती भी है।”

सा.बाबा 19.11.08 रिवा.

“जितना-जितना अपनी देह से न्यारे रहेंगे, उतना समय बातों से भी न्यारे रहेंगे। जैसे वस्त्र उतारना और पहनना सहज है, इस रीति जब न्यारे होंगे तो शरीर के भान में आना और शरीर के भान से निकलना भी सहज होगा। ... जब यह मुख्य पुरुषार्थ करेंगे तब मुख्य रतनों में आयेगे।”

अ.बापदादा 5.4.70

“बाप को याद करना है। इसमें मुख से कुछ बोलना नहीं है। अन्दर में समझना है - बाप हमको नॉलेज दे रहे हैं। ... मुझे याद करेंगे तो अन्त मती सो गति हो जायेगी। कृष्ण तो ऐसे कह न सके।”

सा.बाबा 7.10.08 रिवा.

बाबा ने कहा है - यथार्थ याद में तो देखना, सुनना भी बन्द हो जाता है अर्थात् स्थूल कर्मेन्द्रियों की सब क्रियायें बन्द हो जाती हैं।

याद और वातावरण

मनुष्य की याद का प्रभाव वातावरण पर अवश्य पड़ता है अर्थात् मनुष्य याद से जो प्रकम्पन प्रवाहित होते हैं, वे वातावरण का निर्माण करते हैं और वातावरण का प्रभाव आत्मा पर पड़ता है अर्थात् आत्मा जिस वातावरण में रहती है, उस वातावरण में विद्यमान प्रकम्पनों का प्रभाव मनुष्य के मन-बुद्धि पर पड़ता है और उसके अनुसार ही उसकी याद हो जाती है, कर्म-संस्कार हो जाते हैं।

जीवात्मा को जिस समय, जिसकी और जैसी याद होती है, उस अनुसार उसके संकल्प और वायब्रेशन्स वातावरण में प्रसारित होते हैं, जो वातावरण को प्रभावित करते हैं अर्थात् उस अनुसार वातावरण का निर्माण करते हैं और वह वातावरण अन्य आत्माओं पर उसके अनुरूप प्रभाव डालता है, उनको भी उस अनुरूप प्रेरित करता है। यदि किसी की याद

वात्सल्य प्रेम से युक्त होगी तो उस अनुसार वातावरण बनेगा, यदि किसी की याद काम-वासना से युक्त होगी तो उस वासना से युक्त वातावरण बनेगा, यदि किसी की याद भय-घृणा, क्रोध आदि से युक्त होगी तो उस अनुसार वातावरण का निर्माण होगा।

आत्मा जैसे स्मृति द्वारा वातावरण को प्रभावित करता है, उस अनुसार उसके अच्छे-बुरे फल का भी भागी बनता है। बाबा ने अनेक बार महावाक्य उच्चारें हैं कि योग में या क्लास में जब बैठते हो तो एक परमात्मा की याद में ही बैठो। यदि तुम्हारा मन-बुद्धि बाहर में भटकती होगी अर्थात् अन्य किसी वस्तु या व्यक्ति की याद होगी तो उससे क्लास का वातावरण दूषित होगा, उससे अन्य आत्माओं की याद भी प्रभावित होगी, जिससे तुम्हारा पाप का खाता बढ़ेगा।

बाबा ने कहा है जब तुम परमात्मा की याद में बैठते हो तो जैसे तुम दुनिया को शान्ति का दान देते हो अर्थात् तुम्हारी याद से जो वायब्रेशन्स फैलते हैं, वे विश्व के वातावरण को शान्त करते हैं, जिससे अन्य आत्माओं को भी शान्ति अनुभव होती है। उस याद से आत्मा का पुण्य का खाता बढ़ता है।

“उठते-बैठते, चलते-फिरते बाप को याद करने की प्रैक्टिस करो। मैं आत्मा इस शरीर से चलती हूँ। ... विकर्मों का बोझा सिर पर बहुत है। योग से ही विकर्म विनाश हो सकते हैं। सारे विकर्म विनाश होना मासी का घर नहीं है। अजुन कुछ न कुछ हिसाब-किताब रहना हुआ है, तब तो भोगना पड़ता है।”

सा.बाबा 26.9.08 रिवा.

“तुम जानते हो - हम बाबा के साथ सबको शान्ति का दान देते हैं। जितना याद में रहेंगे, उतना औरों को दान देते रहेंगे। फिर नॉलेज देते हैं सुख के लिए।”

सा.बाबा 26.9.08 रिवा.

शान्त, सुरम्य वातावरण आत्मा को शान्ति की तरफ खींचता है और उसमें सहज परमात्मा की याद स्थिर होती है। दूषित विकारी वातावरण परमात्मा की याद में विघ्नरूप बनता है अर्थात् परमात्मा की याद भुला देता है, विकार की तरफ आकर्षित करता है। याद से सरचार्ज वातावरण परमात्मा की याद में विशेष मदद करता है, जैसे मधुवन और मधुवन में भी विशेष चार धाम।

“वातावरण का असर अपने ऊपर नहीं हो लेकिन हमारा असर वातावरण पर रहे। सर्वशक्तिवान वातावरण है या आप ? ... अपनी शक्ति को भूलने से ही वातावरण का असर होता है। ... अपनी शक्ति को स्मृति में रखो कि हमको वातावरण को बनाना है, न कि वातावरण हमको बनाये।”

अ.बापदादा 24.1.70

जब आत्मा को परमात्मा की याद अति तीव्र होती है, तो उस समय जो प्रकम्पन निकलते हैं, वे वाह्य वातावरण के प्रभाव से आत्मा को सुरक्षित रखते हैं।

याद और याद का पुरुषार्थ

याद और पुरुषार्थ का क्या सम्बन्ध है, इस सत्य को जानने के बाद ही आत्मा अर्थात् पुरुष यथार्थ पुरुषार्थ अर्थात् आत्मा के कल्याणार्थ प्रयत्न कर सकेगी। भक्ति मार्ग में भी आत्मायें आत्म-कल्याण के लिए पुरुषार्थ करती हैं और उसमें परमात्मा के नाम पर विभिन्न चित्रों, मूर्तियों को याद करती हैं क्योंकि वहाँ पुरुष अर्थात् आत्मा को परमात्मा का यथार्थ ज्ञान न होने के कारण यथार्थ रूप से परमात्मा की याद नहीं होती, इसलिए आत्मायें विभिन्न प्रकार और युक्तियों से याद का पुरुषार्थ करते भी आत्मा का कल्याण अर्थात् चढ़ती कला नहीं होती है, परिणाम रूप में उतरती कला ही होती है परन्तु उस याद से भी आत्मिक शक्ति के पतन की गति मन्द हो जाती है और आत्मा कुछ राहत अनुभव अवश्य करती है। बाबा ने भी कहा है कि मैं भक्ति मार्ग में भी भक्तों की मनोकामनायें पूरी करता हूँ। बाबा ने ये भी कहा है कि सन्यासी भी ब्रह्म को याद कर पवित्र रहते हैं तो वे भी सृष्टि को पतन से थमाते हैं परन्तु उनकी उस याद से सृष्टि पावन नहीं बन सकती हैं।

सत्य पुरुषार्थ है पुरुष अर्थात् आत्मा का परम-पुरुष परमात्मा को याद करना। उस याद से ही आत्मिक शक्ति बढ़ती है और आत्मा मुक्ति-जीवनमुक्ति का परम सुख अनुभव करती है, जिसको अतीन्द्रिय सुख कहा जाता है क्योंकि यह सुख किसी बाह्य वस्तु या व्यक्ति की याद या उपभोग से नहीं मिलता है, यह तो मन-बुद्धि को एकाग्र कर अविनाशी परमात्मा की स्नेहमयी याद से आत्मा अनुभव करती है। परम-पुरुष परमात्मा एक बार सभी आत्माओं को इस सुख का अनुभव कराते हैं, जिसके कारण उनको मुक्ति-जीवनमुक्ति का दाता कहा जाता है और सभी आत्मायें दुःख-अशान्ति के समय उनको याद करती हैं। मुक्ति-जीवनमुक्ति के उस सुख को स्थाई बनाने के लिए हर आत्मा को अपना पुरुषार्थ करना होता है। उस पुरुषार्थ का विधि-विधान भी परमात्मा ही बताते हैं।

“अपनी आपही जांच करनी है कि हम किसको याद करते हैं? ... कोशिश कर और तरफ से बुद्धियोग हटाकर एक बाप को ही याद करना है। जितना याद करेंगे, उतना ही पाप कटेगे।... बाप जानते हैं लिंक टूटेगी, फिर याद करेंगे, फिर टूटेगी। बच्चे नम्बरवार तो पुरुषार्थ करते ही हैं।”

सा.बाबा 12.1.69 रात्रि क्लास

“एक है रुहानी यात्रा, दूसरी है जिस्मानी यात्रा। बाप कहते हैं - मुझे याद करो तो तुम्हारी अन्त मती सो गति हो जायेगी।... याद करने की आदत डालनी है। जितना याद करेंगे, उतना खुशी होगी, परन्तु माया याद करने नहीं देती है।”

सा.बाबा 20.11.08 रिवा.

“कोई कहते - मुझे शान्त में बिठाओ, नेष्टा कराओ ... अरे, क्या तुम्हारा स्वधर्म शान्त नहीं है ? तुम आपेही नहीं बैठ सकते हो ? चलते-फिरते स्वधर्म में क्यों नहीं टिकते हो ? जब तक रास्ता बताने वाला बाप नहीं मिला है, तब तक स्वधर्म में कोई टिक नहीं सकता।”

सा.बाबा 27.10.08 रिवा.

“अभी जीते जी पुरानी दुनिया से मरकर आकर बाप का बनना है। अपने को आत्मा समझ अपने बाप को याद करना है। पुरानी दुनिया से बुद्धि हट जानी चाहिए। उसके लिए ही पुरुषार्थ करना चाहिए।”

सा.बाबा 18.10.08 रिवा.

“ज्ञान का सागर बाप है, जरूर उनके पास नया ज्ञान होगा। बाप अपना पूरा परिचय देते हैं और फिर यह सृष्टि-चक्र कैसे फिरता है, वह भी समझाते हैं।... तुम बच्चों को एक तो इस ज्ञान को धारण करना है और योगबल से विकर्माजीत बनना है।”

सा.बाबा 13.10.08 रिवा.

“कितने चढ़ते और गिरते हैं। हर एक अपना-अपना पार्ट बजाता है। रिजल्ट फिर भी वही रहेगी, जो कल्प पहले हुई होगी। यह ड्रामा है, हम इसके एक्टर्स हैं। पूरा नष्टोमोहा बनें तब बाप से पूरी प्रीति जुटे और उसकी याद रहे।”

सा.बाबा 13.10.08 रिवा.

“अपने को हिम्मतवान बनाना चाहिए, कब हिम्मत को हारना नहीं चाहिए। हिम्मत से मदद भी मिलेगी। हम सर्वशक्तिवान बाप के बच्चे हैं, बाप को याद किया, यही हिम्मत है। ... कब भी अपने अन्दर कमजोर संकल्प को न रहने देना है। अगर मन में कमजोर संकल्प उत्पन्न हो भी जाये तो उसको वहाँ ही खत्म कर शक्तिशाली बनना है।”

अ.बापदादा 24.1.70

याद और चार्ट

अपनी याद की यात्रा को बढ़ाने के लिए बाबा बार-बार मुरलियों याद का चार्ट रखने की श्रीमत देते हैं। जो आत्मा उनकी इस श्रीमत को पालन कर, अपनी याद का सच्चा-सच्चा चार्ट रखता है, वह इस याद की यात्रा में उतनी ही सफलता को प्राप्त करता है।

“तुम भी अपने रजिस्टर से समझ सकते हो - कहाँ तक हमारे में गुण हैं, मैं औरों को कहाँ तक आप समान बनाता हूँ। इतनी ताकत है, जो कोई सामने आये तो उनको शरीर भुला दें। ... बाप बहुत मदद देते हैं, तुम भी मदद देते हो योग की। बाप को चाहिए ही पवित्रता की

मदद।”

सा.बाबा 8.10.08 रिवा.

“सदा आकारी और निराकारी स्थिति का अभ्यास करना है। जब चाहें तब उस स्थिति में स्थित हो जायें। इसके लिए सारा दिन अभ्यास करना पड़े ... तो सूक्ष्म रीति से चेक करो कि लगाव अंश मात्र भी नहीं हो।”

अ.बापदादा 10.12.92 पार्टी 3

याद का अभ्यास

योग की यथार्थता को जानकर देह और देह की दुनिया को भूलकर अपने बिन्दु स्वरूप में स्थित होकर परमात्मा बिन्दु को परमधाम में याद करना ही योग की सर्वश्रेष्ठ स्थिति है परन्तु वह स्थिति सहज स्थिर नहीं होती है, उसके लिए चलते-फिरते भी याद का अभ्यास करना होता है। जब चलते-फिरते परमात्मा की याद रहती है तो जब बिन्दुरूप को याद करते हैं, उस समय सहज स्थित हो जाते हैं। इसलिए हमारा सदा परमात्मा के साथ योग रहे, उसके लिए चलते-फिरते आत्मिक स्वरूप में रहने का अभ्यास करना है। बाबा ने कहा है - तुम कर्मयोगी हो, तुमको कर्म भी योग में रहकर करना है, इसलिए योग अर्थात् याद का अभ्यास भी आंखे खोलकर करना है, जिससे कर्म करते भी योग की स्थिति रहे।

“एक सेकण्ड से भी कम समय में जैसी स्थिति में स्थित होना चाहें, उस स्थिति में टिक जायें। ... इस अभ्यास को सहज और निरन्तर बनाओ। ऐसे अभ्यासी अनेक आत्माओं को साक्षात्कार कराने वाले साक्षात् बापदादा दिखाई देंगे। जैसे वाणी में आना कितना सहज है, वैसे ही यह वाणी से परे जाना भी इतना ही सहज होना है।”

अ.बापदादा 18.6.71

“देहाभिमान में आने से ही माया की चमाट लगती है। मेहनत है ही देही-अभिमानी बनने की। ... बाप को याद नहीं करेंगे तो माया थप्पड़ लगा देगी, माया उल्टा कर्म करा देगी। इसलिए निरन्तर याद करने का अभ्यास करो।”

सा.बाबा 7.11.08 रिवा.

“कमजोर संस्कार-स्वभाव माया के हैं, मेरे नहीं हैं, उनसे छूटने के लिए ऐसे समय एकाग्रता की शक्ति से परवश स्थिति को परिवर्तन कर मालिकपन की स्थिति की सीट पर सेट हो जाओ।”

अ.बापदादा 9.12.93

“योग में बैठते समय जितना समय, जिस स्थिति में स्थित होना चाहते हैं, उतना समय एकाग्र स्थिति रहे, उसकी अभी आवश्यकता है। ... एकाग्रता में ही दृढ़ता होती है और जहाँ दृढ़ता है, वहाँ सफलता गले का हार है।”

अ.बापदादा 9.12.93

योगाभ्यास के लिए भिन्न-भिन्न स्थितियाँ / साकार ब्रह्मा तन में याद

अव्यक्त रूपधारी अव्यक्त वतनवासी ब्रह्मा-तन में याद

याद और बाबा की मुरली

मुरली बाबा की याद सहज दिलाती है और याद में जो विघ्न आते हैं, उनको दूर करने में सहायक बनती है। बाबा की याद सदा रहे, उसके लिए सबसे अच्छा साधन है बाबा की मुरली क्योंकि नियमानुसार विधिपूर्वक जो मुरली पढ़ता है या सुनता है, उसको सुनाने वाले परमात्मा की याद स्वभाविक रहती है और मुरली में बाबा वे सब विधि-विधान बताता है, जिससे बाबा की याद स्वतः रहे। याद का आत्मा के लिए क्या महत्व है, वह भी बाबा बताता है। हमको क्या-क्या याद करना है, जिससे हमारी आत्मा की खाद निकले, हमारे विकर्म विनाश हों, हमारी आत्मा पावन बनें और हमारी आत्मा में शक्ति जमा हो। बाबा ने बताया है - आत्मा को पावन बनाने के लिए आत्मा पर जो आधे कल्प के विकर्मों का बोझा चढ़ा है, वह उतारकर आत्मा को पावन बनाना है और सारे कल्प पार्ट बजाने के लिए शक्ति जमा भी करनी है। पापों का खाता भस्म करने और शक्ति जमा करने का एकमात्र साधन बाबा की याद है और याद के लिए बाबा जो ज्ञान दिया है, वह सब भी बुद्धि में याद रहना अति आवश्यक है। ये सब कैसे हो, उसके लिए विधि-विधान बाबा मुरली में रोज़ बताता है, इसलिए यथार्थ याद के लिए बाबा की मुरली एकमात्र आधार है।

“शिवबाबा को याद करने से बहुत फायदा है। शिवबाबा हमको इनके द्वारा पढ़ाते हैं, तो इनको नहीं याद करना है। सतगुरु एक शिवबाबा है, उस पर तुम्हें बलिहार जाना है। यह भी उन पर बलिहार गया ना।... वर्ल्ड की हिस्ट्री-जॉर्नाली रिपीट होती रहती है। जिसने यह समझाया है, उनको याद करना चाहिए।” सा.बाबा 19.01.09 रिवा.

“मुरली है लाठी, इस लाठी के आधार से कोई कमी भी होगी तो वह भर जायेगी। यह आधार ही अपने घर तक और अपने राज्य तक पहुँचायेगा, लेकिन लक्ष्य से, नियमपूर्वक नहीं।... मुरलीधर से स्नेह की निशानी मुरली है। जितना मुरली से स्नेह है, उतना ही समझो मुरलीधर से भी स्नेह है। सच्चे ब्राह्मण की परख मुरली से होगी।”

अ.बापदादा 23.10.75

“संस्कार ऐसे बनाओ, जो दूर से ही आपको देखकर पवित्रता के वायब्रेशन लें। ... बाप के पास जब भी कोई बच्चा पहले आता है तो बाप का कौनसा वरदान मिलता है? याद है? पवित्र भव, योगी भव। तो दोनों बात को एक पवित्रता और दूसरा फुल स्टॉप अर्थात् योगी।”

अ.बापदादा 30.11.08

“अच्छा अभी सभी एक सेकेण्ड में, एक मिनट नहीं, एक सेकेण्ड में ‘मैं फरिश्ता सो देवता हूँ’ - यह मन्सा ड्रिल सेकेण्ड में अनुभव करो। ऐसी ड्रिल दिन में बार-बार करो। ... यह मन की ड्रिल मन को शक्तिशाली बनाने वाली है। मैं फरिश्ता हूँ, इस पुरानी दुनिया, पुरानी देह, पुराने देह के संस्कार से न्यारी फरिश्ता आत्मा हूँ।”

अ.बापदादा 2.11.04

“एक सेकेण्ड में अपना पूर्वज और पूज्य स्वरूप इमर्ज कर सकते हो ? ... तो एक सेकेण्ड में सभी और संकल्प समाप्त कर अपने पूर्वज और पूज्य स्वरूप में स्थित हो जाओ।”

अ.बापदादा 17.2.04

“अगर आवाज़ से परे निराकार स्वरूप में स्थित हो फिर साकार में आयेगे तो फिर औरों को भी उस अवस्था में लायेगे। एक सेकेण्ड में निराकार और एक सेकेण्ड में साकार - ऐसी ड्रिल सीखनी है। जब ऐसी अवस्था हो जायेगी तब साकार रूप में हर एक को निराकार रूप का आपसे साक्षात्कार होगा।”

अ.बापदादा 15.9.69

ऐसे ही बाबा कहते हैं एक सेकेण्ड में निराकारी, एक सेकेण्ड में आकारी और एक सेकेण्ड में साकारी स्थिति का अभ्यास करो। कर्म करते भी इस अभ्यास के लिए समय अवश्य निकालो।

“देह सहित देह के ... मामेकम् याद करो। अपनी देह में भी न फंसो। किसकी देह में भी फंसने से गिर पड़ते हैं। जैसे मम्मा से प्यार था तो मम्मा के जाने से कितने मर पड़े। ... बाप तो कहते हैं तुम इन ब्रह्मा के शरीर को भी याद नहीं करो। शरीर के भान में आने से पूरा ज्ञान उठा नहीं सकेंगे ... विकर्माजीत कैसे बनेंगे। योग में रहें तो पाप भी न करें। नहीं तो उस पाप का सौगुणा दण्ड हो जाता है।”

सा.बाबा 25.11.72 रिवा.

ज्ञान का चिन्तन और परमात्मा की याद

परमात्मा की याद को स्थिर करने के लिए परमात्मा के द्वारा दिये गये ज्ञान का चिन्तन, मन्थन और वर्णन अति आवश्यक है। ज्ञान के चिन्तन-मन्थन से ही ज्ञान की धारणा होती है और की धारणा से ज्ञान सागर बाप की याद पक्की होती है।

“तुमको कितनी अच्छी नॉलेज मिलती है। ... जिनकी बुद्धि में यह नॉलेज टपकती रहेगी, उपको अपार खुशी होगी। तुम्हारे सिवाए कोई नहीं है, जो यह नॉलेज समझ सके। गॉड फादर को ही वर्ल्ड ऑलमाइटी अथॉरिटी नॉलेजफुल कहा जाता है। ... तुमको नॉलेज देने वाल बाप है, वह कितना बड़ा नॉलेजफुल है। तुम कितना मर्तबा पाते हो, तो तुमको कितनी खुशी होनी

चाहिए। हम बेहद के बाप की सन्तान हैं। ... सदैव बुद्धि में यह ज्ञान टपकता रहे तो तुम अपार खुशी में रहेंगे, फिकर से फारिग हो जायेंगे।”

सा.बाबा 3.10.01 रिवा.

बिन्दु रूप की याद

बिन्दु रूप की याद अर्थात् बीजरूप स्थिति अर्थात् बिन्दु रूप में स्थित होकर बिन्दुरूप परमात्मा की परमधाम में याद। आत्मा बिन्दु है, परमात्मा भी बिन्दु है और ये विश्व-नाटक भी बिन्दु है। आध्यात्मिक पुरुषार्थ में सफलता प्राप्त करने के लिए बिन्दु का कितना महत्व है, इसकी सत्यता भी बाबा ने बताई है, जिससे हम अपने पुरुषार्थ में सहज सफलता प्राप्त कर सकते हैं। आत्मा एक बिन्दु अर्थात् अणु है, अपने बिन्दुरूप में स्थित होने से आत्मा को क्या-क्या प्राप्तियाँ होती है, क्या अनुभूतियाँ होती है, इस सत्य को जानने से ही हम उसका लाभ उठा सकते हैं। बाबा भी हमको बिन्दुरूप स्थिति के अभ्यास के लिए सदा ही प्रेरित करते रहते हैं और उस स्थिति का सफल अभ्यास कैसे हो, उसके लिए युक्तियाँ बताते रहते हैं और समय-समय पर उसका अभ्यास भी कराते हैं। जब हम अपने बिन्दुरूप में स्थित होंगे तो बिन्दु बाप स्वतः ही याद आयेगा। बन्धनमुक्त आत्मा को परमात्मा की आकर्षण अवश्य होती है।

“जैसे आंखों में बिन्दी है ... ऐसे आत्मा वा बाप की स्मृति की बिन्दी दृष्टि-वृत्ति से गायब नहीं हो। फॉलो फादर करना है ना, तो जैसे बाप की दृष्टि-वृत्ति में हर बच्चे के लिए स्वमान है, सम्मान है, ऐसे ही अपनी दृष्टि-वृत्ति में भी हो। ... जो मन में आता है कि यह बदल जाये ... वह वृत्ति से बदलेंगे, बोलने से नहीं।”

अ.बापदादा 15.10.04

“अपने मन-बुद्धि को कहाँ तक एक सेकेण्ड में ब्रेक लगा सकते हो और मोड़ सकते हो ? ... बिन्दु रूप में स्थित रहने की कमी का कारण यही है कि पहला पाठ ही कच्चा है। कर्म करते हुए अपने को अशरीरी आत्मा महसूस करें, यह सारे दिन में बहुत प्रैक्टिकस चाहिए।”

अ.बापदादा 23.7.69

“आत्मिक स्वरूप में बाबा की याद नहीं रहे, यह हो नहीं सकता है। जैसे बापदादा दोनों अलग-अलग नहीं हैं वैसे आत्मिक निश्चयबुद्धि से बाप की याद भी अलग नहीं हो सकती है। क्या एक सेकेण्ड में अपने को बिन्दु रूप में स्थित कर सकते हो ?”

अ.बापदादा 23.7.69

ये एक अविनाशी नियम है कि हर तत्व स्वतन्त्र होने पर अपने मूल तत्व की ओर स्वतः आकर्षित होता है। ऐसे ही जब आत्मा देहाभिमान से मुक्त अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जाती है तो परमात्मा की याद स्वतः आती है, उसके लिए किसी पुरुषार्थ की

आवश्यकता नहीं। इसीलिए बाबा बार-बार कहते हैं मेहनत से मुक्त हो जाओ अर्थात् अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जाओ तो कोई मेहनत नहीं करनी होगी। सारे कार्य स्वतः सिद्ध होंगे।

“बिन्दु रूप की अवस्था में स्थित रहने से बोलने की आवश्यकता ही नहीं रहेगी। बिन्दु होकर बैठना कोई जड़ अवस्था नहीं है। ... ऐसे बैठने से सब रसनायें आयेंगी।”

अ.बापदादा 24.7.69

“संकल्पों को ब्रेक लगाने का मुख्य साधन कौनसा है ? ... इस रीति जो कर्तव्य किया और जो परिणाम निकला, वह बाप को समर्पण कर स्वाहा कर दिया फिर कोई संकल्प नहीं। निमित्त बन कार्य किया और जब कार्य पूरा हुआ तो स्वाहा किया।”

अ.बापदादा 19.6.70

“पहला पाठ ही पालिश है, उसकी बहुत आवश्यकता है। सारे दिन में यह आत्मिक दृष्टि, स्मृति कितना रहती है। इस स्थिति की परख अपनी सर्विस की रिजल्ट से भी देख सकते हो। ... सभी से छोटा रूप बाप है और आप सभी का भी है। जीरो को याद करेंगे तो हीरो बनेंगे।”

अ.बापदादा 19.7.69

योग की सफलता में बिन्दु रूप स्थिति के अभ्यास का महत्व

अन्त समय बिन्दुरूप बनकर ही घर वापस जायेंगे, इसलिए अन्त मति सो गति के लिए अभी से बिन्दु रूप स्थिति में स्थित होने का अभ्यास अति आवश्यक है। अभी से बहुत समय का किया हुआ अभ्यास ही अन्त में उस स्थिति में स्थित होने में मददगार होगा।

“अभी पुरुषार्थ है विस्तार को समाने का। ... जिस समय बुद्धि को बहुत विस्तार में गई देखो, उसी समय यह अभ्यास करो कि इतने विस्तार को समा सकती हूँ।” अ.बापदादा 5.4.70

“कितना भी कोई कार्य में बुद्धि विस्तार में गई हुई हो लेकिन विस्तार को एक सेकेण्ड में समाने की शक्ति नहीं है, क्या ऐसे बोल वा यह संकल्प ऐसे मालिक के हो सकते हैं ? ... बाप के सामने बच्चा आकर कहे कि बाबा हमको मदद करना, शक्ति देना, सहारा देना, इसको क्या कहा जाता है। क्या इसको रॉयल भिखारीपन नहीं कहेंगे ?”

अ.बापदादा 23.6.73

“ऐसे बुद्धि को जब चाहो, जितना समय चाहो, जहाँ स्थित करना चहो, वहाँ स्थित नहीं कर सकते हो ? ... इस कला से ही अन्य सर्व कलायें स्वतः ही आ जाती हैं।”

अ.बापदादा 12.11.72

“देही-अभिमानी स्थिति सर्व विकारों को सहज ही शान्त कर देती है। ... बापदादा अचानक डायरेक्शन दें कि इस शरीर रूपी घर को छोड़कर इस देह-अभिमान की स्थिति को छोड़ देही-अभिमानी बन जाओ, इस दुनिया से अपने स्वीटहोम में चले जाओ तो कर सकेंगे ? ... युद्ध करते ही तो समय नहीं बिता देंगे ?”

अ.बापदादा 12.11.72

“जैसे स्थूल कर्मेन्द्रियों का मालिक बन जब और जैसे चाहो कार्य में लगा सकते हो, वैसे ही संकल्प को वा बुद्धि को जब और जहाँ लगाने चाहो, वहाँ लगा सकते हो ? ... पढ़ाई का लास्ट पाठ कौनसा है और फर्स्ट पाठ कौनसा है ? फर्स्ट पाठ और लास्ट पाठ यही अभ्यास है। ... यह है बुद्धि की ड़िल।”

अ.बापदादा 18.6.71

“योद्धे जो युद्ध के मैदान में रहते हैं, उनको जब भी और जैसा आर्डर मिलता है, वैसे ही करते जाते हैं। ऐसे ही रुहानी वारियर्स को भी जब और जैसा डायरेक्शन मिले, वैसे ही अपनी स्थिति को स्थित कर सकते हैं ? ... एक सेकण्ड से भी कम समय में जैसी स्थिति में स्थित होना चाहें, उस स्थिति में टिक जायें।”

अ.बापदादा 18.6.71

अब पुराने संस्कार, पुरानी स्मृतियाँ, पुरानी कमजोरियों को भी विदाई दे ... विशेष हिम्मतवान बनना ही है। बस यही दो शब्द याद करो - फॉलो फादर और सेकण्ड में व्यर्थ वा साधारण को फुलस्टॉप लगाना ही है, सम्पन्न और सम्पूर्ण बनना ही है।

अ.बापदादा 4.12.08 सन्देश दादी गुल्जार

“बापदादा सुनने-सुनाने से परे ले जाते हैं। एक सेकेण्ड में आवाज से परे होना आता है ? जैसे आवाज़ में कितना सहज और जल्दी आ जाते हो वैसे ही आवाज़ से परे भी सहज और जल्दी जा सकते हो ?”

अ.बापदादा 2.4.70

यथार्थ याद, बिन्दुरूप स्थिति और कर्मभोग

कर्मभोग भी आत्मा को बाप की याद में स्थित होने में बड़ी बाधा डालता है और बाबा ने यह भी कहा है कि यह कर्मभोग अन्त समय तक चलने वाला है, इसलिए कर्मभोग के समय भी परमात्मा की याद रहे, उसका सफल अभ्यास पहले से ही करना है। यथार्थ रीति बिन्दुरूप स्थिति के अभ्यास से कर्मभोग की महसूसता बहुत कम हो जाती है। कर्मभोग तो कर्मानुसार और ड्रामानुसार होगा परन्तु बिन्दुरूप के अभ्यास वाला उसकी वेदना से मुक्त हो सकता है। ऐसा बिन्दुरूप का अभ्यास करते-करते अन्त में कर्मातीत अर्थात् कर्मभोग आदि सबसे मुक्त हो जायेंगे।

“एक सेकेण्ड में चोला धारण करें और एक सेकेण्ड में न्यारे हो जायें, जब यह प्रैक्टिस पक्की हो जायेगी, फिर यह कर्मभोग समाप्त हो जायेगा। जैसे इन्जेक्शन लगाकर दर्द को खत्म कर देते हैं। ... उस अवस्था के बीच कोई भी कर्मभोग की भासना नहीं रहेगी।”

अ.बापदादा 22.11.72

“आत्मा बिन्दु रूप में स्थित रहेगी तो ड्रामा बिन्दु भी काम में आयेगा और समस्याओं को भी सेकेण्ड में बिन्दु लगा सकेंगे और बिन्दु बन बिन्दु आत्मा परमधाम में जायेगी। ... तो बिन्दु बन बिन्दु बाप के साथ पहले घर जाना है।”

अ.बापदादा 18.1.97

“ज्ञान और योग की धारणा नहीं होगी तो यह शरीर और ही सड़ता जायेगा। ... यह तो पुराना शरीर है, इसको कितना भी पाउडर, लिपिस्टिक आदि लगाओ, श्रृंगार करो तो भी बर्थ नॉट ऐ पेनी है। ... अभी अपने को ज्ञान और योग से सजायेंगे तो फिर भविष्य में प्रिन्स-प्रिन्सेज बनेंगे।”

सा.बाबा 21.11.08 रिवा.

“योग में रहेंगे तो दर्द आदि भी कम होगा। योग नहीं तो बीमारी आदि कैसे छूटे? ख्याल करना चाहिए - मात-पिता जो नम्बरवन पावन बनते हैं, वे ही फिर सबसे जास्ती नीचे उतरते हैं। उनको तो बहुत भोगना भोगनी पड़े परन्तु योग में रहने के कारण बीमारी हटती जाती है। नहीं तो इनको सबसे जास्ती भोगना होनी चाहिए।... बहुत खुशी में रहते हैं - बाबा से हम स्वर्ग के सुख घनेरे लेते हैं।”

सा.बाबा 22.11.08 रिवा.

“अपनी अवस्था की आपही जाँच करनी है। देखना है - हम कितना बाबा की सर्विस करते हैं, कितना आज्ञाकारी, वफादार हैं। देही-अभिमानि बन बाप को याद करो तो तुम्हारी निरोगी काया बन जायेगी।”

सा.बाबा 29.9.08 रिवा.

“सवेरे उठते नहीं, याद नहीं करते तो विकर्म भी विनाश नहीं होते हैं। बाबा बतलाते हैं - इतनी मेहनत करता हूँ तो भी कर्मभोग चलता रहता है क्योंकि एक जन्म की तो बात नहीं है ना। अनेक जन्मों का हिसाब-किताब है।”

सा.बाबा 2.10.08 रिवा.

कर्मयोग, कर्म-भोग एवं वृद्धावस्था

कर्म-भोग का बीज

कर्म-भोग का बीज तो द्वापर युग से ही पड़ जाता है, जब से आत्मा देहाभिमान के वश होकर विकर्मों में प्रवृत्त होती है। किसके प्रति अशुभ भावना, व्यर्थ भावना भी अपवित्रता है और कर्म-भोग का बीज बोना है, जिसका फल आत्मा दैहिक-मानसिक वेदना के रूप में भोगना ही पड़ता है। मन्सा, वाचा, कर्मणा, व्यवहार से जो भी कर्म हम करते हैं, उससे किसी

आत्मा को दुख होता है, कोई हानि होती है तो हमारा उस आत्मा के कर्म-बन्धन जुटता है, उसकी याद आती है और उसका फल हमको कर्मभोग के रूप में भोगना ही पड़ता है। कर्म-भोग की वास्तविकता को जानकर कर्म-योग के द्वारा हम उन आत्माओं के प्रति शुभ-भावना शुभ-कामना रखकर उस कर्म-भोग की वेदना को हल्का कर सकते हैं और परमात्मा की याद का सफल अभ्यास कर सकते हैं।

जैसे कल्पान्त में आत्मा को अपने आधे कल्प के हिसाब-किताब को चुक्ती करना होता है, वैसे ही वृद्धावस्था में इस जीवन में किये गये बहुत से कर्मों का हिसाब-किताब आत्मा को चुक्ती करना होता है, जिसके फलस्वरूप अनेक प्रकार कर्मभोगों का आना अवश्य सम्भावी है परन्तु यदि हमारा योग सही है और देह से न्यारे होने का सफल अभ्यास है तो उससे होने वाली वेदना से बच सकते हैं और अन्त में परमात्मा की याद में, घर परमधाम की याद में देह का त्याग करने में सफल हो सकते हैं।

रुहानी ड्रिल और उसका अभ्यास

याद की सफलता में रुहानी ड्रिल का महत्व

जैसे शारीरिक स्वास्थ्य के लिए शारीरिक एक्सरसाइज आवश्यक है, ऐसे ही रूह को शक्तिशाली बनाने के लिए रुहानी एक्सरसाइज आवश्यक है। रुहानी एक्सरसाइज क्या है और उसका कैसे अभ्यास करना चाहिए, यह सब ज्ञान बाबा ने दिया है और उसका प्रैक्टिकल अभ्यास भी कराया है। ज्ञान का चिन्तन भी एक एक्सरसाइज है, जो ज्ञान को प्रशस्त करती है। कार्य करते हुए बीच-बीच में समय निकालकर अपने मन-बुद्धि को किसी एक स्थिति में टिकाने का अभ्यास करने से आत्मिक शक्ति का विकास होता है, आत्मा शक्तिशाली बनती है। यह रुहानी ड्रिल कार्य करते हुए बीच-बीच में कई बार करना चाहिए, जिससे आत्मा शक्तिशाली बनती है। परमात्मा की याद अर्थात् योग की सफलता के लिए ये अभ्यास अति आवश्यक है।

“रुहानी ड्रिल अर्थात् रूह को जहाँ चाहें, जैसे चाहें, जब चाहें तब वहाँ स्थित कर सकें।... प्रैक्टिस ऐसी होनी चाहिए जो एक सेकेण्ड में अपनी स्थिति को जहाँ चाहो वहाँ टिका सको।”

अ.बापदादा 23.10.70

योग का अभ्यास ऐसा हो, जो हम एक सेकेण्ड में अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जायें और जो अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होगा, वही यथार्थ रीति परमात्मा की याद में भी स्थित हो सकेगा। इसके लिए बाबा जो अभ्यास कराते हैं, उसको बाबा ने रुहानी ड्रिल कहा

है क्योंकि जैसे जिस्मानी ड्रिल से शरीर बलवान बनता है, शारीरिक स्वास्थ्य ठीक होता है, उसी प्रकार रुहानी ड्रिल से आत्मा शक्तिशाली बनती है।

योग में मनवांछित सफलता प्राप्त करने के लिए परमात्मा के बताये हुए विधि-विधान पर चलना और उस अनुसार अभ्यास करना अति आवश्यक है। रुहानी ड्रिल का अभ्यास कैसे करें, वह भी परमात्मा ने अभी बताया है। अपनी दिनचर्य में कार्य व्यवहार में रहते बीच-बीच में समय निकाल कर मन-बुद्धि को एकाग्र करना। ट्रेफिक कन्ट्रोल की विधि भी उस अभ्यास का ही एक अंग है। ये अभ्यास जितना अधिक समय और अधिक बार करेंगे, उतनी योग में सफलता होगी अर्थात् आत्मिक शक्ति का विकास होगा, सुख-शान्ति, आनन्द की अनुभूति होगी।

“यह पार्ट भी बहुत थोड़ों का है। अन्त तक भी बाप की प्रत्यक्षता करते जायेंगे। ... प्रैक्टिस ऐसी होनी चाहिए जो एक सेकण्ड में अशरीरी हो जायें। सेकण्ड भी बहुत है। सोचना और करना साथ-साथ चले।”

अ.बापदादा 20.12.69

“मन को यह ड्रिल करानी है। एक सेकेण्ड में आवाज़ में, एक सेकेण्ड में आवाज़ से परे। एक सेकेण्ड में सर्विस के संकल्प में आयें और एक सेकेण्ड में संकल्प से परे स्वरूप में स्थित हो जायें। इस ड्रिल की बहुत आवश्यकता है।”

अ.बापदादा 16.10.69

“आर्डर मिले और मन-बुद्धि एकाग्र हो जाये ... अन्तिम समय की अन्तिम रिजल्ट का समय एक सेकेण्ड के क्वेश्चन का एक ही होगा। ... सम्पन्नता और सम्पूर्णता के नेचुरल संस्कार हैं।”

अ.बापदादा 27.11.87

“एक्सरसाइज और भोजन के ऊपर अटेन्शन है ... लेकिन आप यह मन की एक्सरसाइज अभी-अभी ब्राह्मण, ब्राह्मण सो फरिश्ता और फरिश्ता सो देवता। यह मन्सा ड्रिल का अभ्यास सदा करते रहो और शुद्ध भोजन अर्थात् मन का शुद्ध संकल्प। व्यर्थ संकल्प, नेगेटिव संकल्प चलता है तो यह है मन का अशुद्ध भोजन। ... जितना समय चाहो, उतना समय शुद्ध संकल्प स्वरूप बन जाओ।”

अ.बापदादा 15.12.05

“बापदादा एक सेकेण्ड में अशरीरी भव की ड्रिल देखना चाहते हैं। अगर अन्त में पास होना है तो यह ड्रिल बहुत आवश्यक है। इसलिए अभी इतने बड़े संगठन में बैठे एक सेकण्ड में देहभान से परे स्थिति में स्थित हो जाओ। कोई आकर्षण आकर्षित न करे।”

अ.बापदादा 30.11.05

“सेकेण्ड में जहाँ, जैसे मन-बुद्धि को लगाने चाहो, वहाँ सेकेण्ड में लग जाये। हलचल में नहीं आये। ... इस अभ्यास को सारे दिन में कर्म करते हुए भी करो। इसके लिए मन के

कन्ट्रोलिंग पॉवर की आवश्यकता है।”

अ.बापदादा 30.11.05

“अभी-अभी आवाज़ में आना और अभी-अभी आवाज़ से परे हो जाना। ... इस रुहानी एक्सरसाइज़ में सिर्फ़ मुख की आवाज़ से परे नहीं होना है लेकिन मन से भी आवाज़ में आने के संकल्प से परे होना है। ... मुख और मन दोनों की आवाज़ से परे, शान्ति के सागर में समा जायें।”

अ.बापदादा 16.3.92 पार्टी 1

“कैसी भी परिस्थिति और वातावरण में संकल्प किया कि आवाज़ से परे हो जायें तो सेकेण्ड में आवाज़ से न्यारे फरिश्ता स्थिति में टिक जाओ। ... लास्ट समय चारो ओर व्यक्तियों के चिल्लाने का, प्रकृति की हलचल का आवाज़ होगा, ऐसे समय पर सेकण्ड में अव्यक्त फरिश्ता सो निराकारी अशरीरी आत्मा हूँ - यह अभ्यास ही विजयी बनायेगा।”

अ.बापदादा 18.1.92

“ज्ञाता तो नम्बरवन हो गये हैं लेकिन एक बात में अलबेले बन जाते हो, वह है - स्व को सेकेण्ड में व्यर्थ सोचने, देखने, बोलने और करने में फुल स्टॉप लगाकर परिवर्तन करना। ... जब बिन्दु स्वरूप बाप और बिन्दु स्वरूप आत्मा दोनों की स्मृति हो। यह स्मृति फुल स्टॉप अर्थात् बिन्दु लगाने में समर्थ बना देती है।”

अ.बापदादा 23.12.93

“पवित्रता का अर्थ ही है - सदा संकल्प, बोल, कर्म, सम्बन्ध-सम्पर्क में तीन बिन्दु का महत्व हर समय धारण करना। कोई भी ऐसी परिस्थिति आये तो सेकेण्ड में फुल स्टॉप लगाने में स्वयं को सदा पहले ऑफर करो - मुझे करना है। ऐसी ऑफर करने वाले को तीन प्रकार की दुआयें मिलती हैं। एक स्वयं को स्वयं की, दूसरी बाप की और तीसरी जो भी श्रेष्ठ आत्मायें ब्राह्मण परिवार की हैं, उनकी भी दुआयें मिलती हैं।”

अ.बापदादा 23.12.93

“फुल स्टॉप लगाने का सहज स्लोगन याद रखो - जो हुआ, जो हो रहा है और जो होगा वह सब अच्छा होगा। ... संगमयुग है ही अच्छे ते अच्छा, हर सेकेण्ड अच्छे ते अच्छा है।... निश्चय है फाउण्डेशन। निश्चय का फाउण्डेशन पक्का होगा तो कर्म ऑटोमेटिकली श्रेष्ठ होंगे।”

अ.बापदादा 18.02.93 पार्टी 1

“अभी एक मिनट के लिए सभी लाइट-हाउस, माइट-हाउस स्थिति द्वारा विश्व में अपनी लाइट-माइट फैलाओ। ऐसा अभ्यास समय प्रति समय कार्य में होते हुए भी करते रहो।”

अ.बापदादा 28.3.06

“सभी बच्चों को ड्रिल कराते हैं। सभी रेडी हो गये। सब संकल्प मर्ज कर दो, अभी एक सेकेण्ड में मन-बुद्धि द्वारा अपने स्वीट होम में पहुँच जाओ, अभी परमधाम से अपने सूक्ष्मवतन

में पहुँच जाओ। अभी सूक्ष्मवतन से स्थूल वतन में अपने राज्य स्वर्ग में पहुँच जाओ, अभी अपने पुरुषोत्तम संगमयुग में पहुँच जाओ। अभी मधुवन में आ जाओ - ऐसे बार-बार स्वदर्शन चक्रधारी बनकर चक्र लगाते रहो।”

अ.बापदादा 25.2.06

“जैसा चाहे, जिस समय चाहे, वैसे स्वरूप और स्थिति में स्थित हो सके ... इसके लिए बहुत स्वच्छ, महीन अर्थात् अति सूक्ष्म बुद्धि, दिव्य बुद्धि, बेहद की बुद्धि, विशाल बुद्धि चाहिए।”

अ.बापदादा 12.3.88

“सेकण्ड में मन-बुद्धि को जहाँ लगाना चाहें वहाँ लगा लें।... बीच-बीच में चेक करो। जिस समय बुद्धि बहुत बिजी हो, उस समय ट्रायल करके देखो कि अभी-अभी अगर बुद्धि को इस तरफ से हटाकर बाप की तरफ लगाना चाहें तो सेकण्ड में लगती है?”

अ.बापदादा 10.1.90 पार्टी

“आत्मा का अनादि-आदि स्वरूप ही राजा का है, मालिक का है। यह तो पीछे परतन्त्र बन गई है। ... बन्धनमुक्त अर्थात् राजा, स्वराज्य अधिकारी। ... इसलिए यह अभ्यास करो। स्टॉप कहा और स्टॉप हो जाये।”

अ.बापदादा 10.1.90 पार्टी

“अभी महीन बुद्धि बनो क्योंकि समय समाप्त अचानक होना है। ... बाप कभी भी पहले से बताकर टाइम कान्सेस नहीं बनायेगा। ... सेकण्ड में एवर-रेडी बन सकते हो, सेकेण्ड में अशरीरी बन सकते हो ? ... बिजी होते भी बीच-बीच में एक सेकेण्ड भी अशरीरी होने का अभ्यास अवश्य करो।”

अ.बापदादा 6.4.95

“दिन प्रतिदिन अचानक यह प्रकृति अपनी हलचल बढ़ाती जाती है। यह कम नहीं होनी है, और बढ़नी ही है। ... क्यों-क्या में नहीं जाये, बुद्धि को जहाँ लगाना चाहें, वहाँ लग जाये।”

अ.बापदादा 18.1.94 पार्टी 6

“मन को यह ड्रिल करानी है। एक सेकेण्ड में आवाज में, एक सेकेण्ड में आवाज से परे। एक सेकेण्ड में सर्विस के संकल्प में आयेँ और एक सेकण्ड में संकल्प से परे स्वरूप में स्थित हो जायेँ। इस ड्रिल की बहुत आवश्यकता है।”

अ.बापदादा 16.10.69

“अभी एक सेकण्ड में अपने मन के, बुद्धि के मालिक बन मन-बुद्धि को परमधाम में एकाग्र कर सकते हो ? अभी बापदादा देखने चाहते हैं कि एक मिनट में सभी एकाग्र हो परमधाम निवासी बन जाओ। ऐसी प्रैक्टिस समय पर बहुत काम में आयेगी। अभी नाजुक समय नजदीक आ रहा है, इसलिए यह एकाग्रता का अभ्यास बहुत-बहुत-बहुत आवश्यक है। इसको हल्का नहीं करना। एक सेकण्ड में क्या से क्या हो जायेगा, इसलिए बापदादा पहले से ही इशारा दे रहा है।”

अ.बापदादा 15.11.08

“अभी एक सेकेण्ड में मन के मालिक बनकर मन को जितना समय चाहे, उतना समय एकाग्र कर सकते हो? कर सकते हो? अभी यह रुहानी एक्सरसाइज करो। बिल्कुल मन की एकाग्रता हो, संकल्प में भी हलचल नहीं, अचल।”

अ.बापदादा 20.3.04

“लास्ट टाइम की लास्ट एक घड़ी होगी, जिसमें फुल-स्टॉप लगाना पड़ेगा। ... अगर फुल स्टॉप लगाने की आदत नहीं होगी तो अन्त मते सो गति श्रेष्ठ नहीं होगी। ... एक सप्ताह सेकेण्ड में फुल स्टॉप लगाने बार-बार अभ्यास करो और ... 18 जनवरी को सभी को अपनी चिटकी लिखकर बॉक्स में डालना है कि 18 तारीख तक क्या रिजल्ट रही।”

अ.बापदादा 30.11.08

“जैसे बिजी होते भी पानी पीते हो ... ऐसे बीच-बीच में अशरीरी आत्मिक स्थिति में स्थित रहने का अभ्यास भी जरूरी है क्योंकि आने वाले समय में चारो ओर की हलचल में अचल स्थिति की आवश्यकता है। अगर अभी से बहुत काल का अभ्यास नहीं करेंगे तो अति हलचल के समय अचल कैसे रहेंगे!”

अ.बापदादा 20.10.08

“सारे दिन में एक-दो मिनट निकाल करके भी चेक करो कि समय प्रमाण आत्मिक स्थिति द्वारा अशरीरी बन सकते हैं? चेक करो और चेन्ज करो। सिर्फ चेक नहीं करना लेकिन चेन्ज भी करो। बार-बार इस अभ्यास को चेक करने से, रिवाइज़ करने से नेचुरल स्थिति बन जायेगी।”

अ.बापदादा 20.10.08

याद के सफल अभ्यास में एकान्त और एकाग्रता का महत्व

परमात्मा की याद के सफल अभ्यास के लिए एकान्त और एकाग्रता का विशेष महत्व है, वह महत्व क्या है, वह भी बाबा ने बताया है और उस स्थिति का अभ्यास कैसे करें, उसके लिए श्रीमत भी दी है। परमात्मा निराकार है, इसलिए उनको याद करने के लिए अपने को भी निराकारी स्थिति अर्थात् देह और देह की दुनिया से बुद्धियोग निकाल कर अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होना होगा, तब ही परमात्मा की यथार्थ रीति याद बुद्धि में ठहरेगी। परमात्मा की याद की सफलता के लिए उनके द्वारा दिये गये ज्ञान के गुह्य रहस्यों को भी बुद्धि में रखना होगा और उन रहस्यों को समझने के लिए एकान्त और एकाग्रता की बहुत आवश्यकता है। एकान्त अर्थात् शान्ति का स्थान (Lonely Place) और एकान्त अर्थात् एक के अन्त में खो जाना। एकाग्रता अर्थात् एक परमात्मा की याद में या ज्ञान के किसी रहस्य के चिन्तन में खो जाना। एकाग्रता अर्थात् देह और देह की दुनिया से बुद्धियोग निकालकर एक बाप की याद, उसके गुण-धर्मों के चिन्तन में, ज्ञान के किसी बिन्दु के चिन्तन में केन्द्रित करना।

परमात्मा की याद आध्यात्मिक जीवन की सफलता का मूलाधार है और परमात्मा की याद के लिए इन दोनों का ही विशेष महत्व है। इस बात को भी समझना अति आवश्यक है कि जब हम परमात्मा की याद में रहते हैं तो बुद्धियोग देह और देह की दुनिया से आपही निकल जाता है। ये दोनों ही बातें एक-दूसरे की पूरक हैं। ऐसी एकाग्रता में स्थित होने से आत्मा को अनेक दिव्य शक्तियां प्राप्त होती है और ज्ञान के अनेक गुह्य राज स्पष्ट होते हैं। एकाग्रता के आधार पर प्रभु-प्यार की गहन अनुभूति होती है और आत्मा सर्व गुणों और शक्तियों से परिपूर्ण होती है। ये स्थिति नेचुरल रहे, इसके लिए एकान्त में इस अभ्यास को करने की बहुत आवश्यकता है। एकान्त में एकाग्रता का अभ्यास सहज होता है और एकाग्रता के अभ्यास वाले को एकान्त स्वभाविक अच्छी लगती है। इसलिए याद, एकान्त और एकाग्रता का बहुत घनिष्ठ सम्बन्ध है। एकान्त का भी योग की सफलता में विशेष महत्व है। एकान्त का अर्थ क्या है और यथार्थ एकान्त क्या है, उसके विषय में भी बाबा ने बताया है। एकान्त अर्थात् मन-बुद्धि को देह और देह की दुनिया से हटाकर एक के अन्त में खो जाना। वैसे योग के अभ्यास और ज्ञान के गुह्य रहस्यों की अनुभूति के लिए स्थूल रूप में भी एकान्त की आवश्यकता है अर्थात् उसके महत्व को नकारा नहीं जा सकता है। ब्रह्मा बाबा ने भी रात को जागकर इसका विशेष अभ्यास किया है।

हठयोगी भी अपने योग की सफलता के किसी एक प्वाइन्ट, दीप-शिखा, भृकुटी, नासिका के अग्रभाग आदि पर अपनी दृष्टि को एकाग्र करते हैं और उससे अनेक सिद्धियाँ अनुभव करते हैं। भक्त अपने आराध्य या इष्टदेव की मूर्ति पर अपने मन-बुद्धि को एकाग्र करते हैं। परमात्मा ने बताया कि तुमको अपने योग की सिद्धि और ज्ञान के गुह्य रहस्यों को समझने के लिए अपनी मन-बुद्धि को एक परमात्मा के स्वरूप, गुणों, कर्तव्यों में, उनके ज्ञान-बिन्दुओं में एकाग्र करना है। बाबा ने अनेक बार कहा है और इसका अभ्यास भी कराया है कि कैसे अपने मन-बुद्धि को एकाग्र करो, जो इस योगी जीवन की सफलता के लिए अति आवश्यक है।

योग में शिवबाबा या ब्रह्माबाबा के चित्र पर मन-बुद्धि को एकाग्र करना या ध्यान को केन्द्रित करना यथार्थ योग नहीं है, इसलिए बाबा ने श्रीमत दी है कि तुमको किसी चित्र आदि पर मन-बुद्धि को एकाग्र (Concentrate) नहीं करना है। तुमको देह से न्यारे बिन्दु बन, बिन्दु रूप शिवबाबा को परमधाम में याद करना है, इस साकार देह से न्यारे अव्यक्त फरिश्ता बनकर फरिश्ता स्वरूप में सूक्ष्मवतन में ब्रह्माबाबा और ब्रह्मातन में पधारे शिवबाबा से रूह-रुहान करनी है। एकाग्रता अर्थात् किसी एक स्वमान में, ज्ञान की किसी एक प्वाइन्ट चिन्तन में,

योग की किसी एक स्थिति आदि-आदि में जैसे आर्डर मिले, वैसे ही तुरन्त स्थित हो जायें, और कहाँ भी बुद्धि न जाये।

भौतिक जगत में भी एकान्त और एकाग्रता का महत्व है। एकान्त और एकाग्रता के आधार पर ही वैज्ञानिक भी अपने अविष्कारों में सफल होते हैं।

“एकाग्रता की शक्ति सहज निर्विघ्न बना देती है, मेहनत करने की आवश्यकता ही नहीं है, ‘एक बाप दूसरा न कोई’ - ये अनुभूति सदा और स्वतः रहती है। एकाग्रता की शक्ति एकरस स्थिति बनाती है, सदा सर्व के प्रति कल्याण की वृत्ति सहज बनाती है, ... सर्व आत्माओं के प्रति भाई-भाई की दृष्टि स्वतः बना देती है, हर आत्मा के सम्बन्ध में स्नेह, सम्मान, स्वमान के कर्म सहज अनुभव कराती है।”

अ.बापदादा 9.12.93

“कहा जाये कि एक सेकेण्ड में साकारी से निराकारी बन जाओ तो बन सकेंगे ? ... प्रश्न का उत्तर देने वाले कौन हैं ? वह तो बहुत नाम सुनाये, फिर प्रश्न-उत्तर से पार जाने वाले कौन हैं ? ... बाप समान भी बनना है और प्रजा भी बनानी है।”

अ.बापदादा 20.10.69

“मुख्य दो बातें याद रखना है - एक तो मणि को देखना है, देह रूपी सांप को नहीं देखना है और दूसरी बात अपने को अवतरित समझो। इस शरीर में अवतरित होकर कार्य करना है और एक स्लोगन याद रखना है कि बापदादा जो कहेंगे, जो करायेंगे, जैसे चलायेंगे, वैसे ही करेंगे, चलेंगे, बोलेंगे, देखेंगे।”

अ.बापदादा 16.10.69

“हरेक के मस्तक की मणि की चमक बापदादा देखते हैं। ऐसे ही अगर आप सभी भी मस्तक की मणि को ही देखते रहो तो फिर यह दृष्टि और वृत्ति शुद्ध सतोप्रधान बन जायेगी। दृष्टि चंचल होती है, उसका मूल कारण यह है। मस्तक की मणि को न देख शारीरिक रूप को देखते हो।”

अ.बापदादा 16.10.69

“मणि को देखने से सांप का जो विष है, वह हल्का हो जायेगा। अगर शरीर रूपी सांप को देखा तो फिर उसके बन जायेंगे और मणि को देखेंगे तो बापदादा की माला के मणि बन जायेंगे। ... बापदादा से तो बहुत प्रतिज्ञायें की हैं लेकिन आज अपने आपसे प्रतिज्ञा करो कि अब से लेकर सिवाए मणि के और कुछ नहीं देखेंगे और बाप की माला के मणि बनकर सारे सृष्टि के बीच चमकेंगे।”

अ.बापदादा 16.10.69

“एकाग्रता की शक्ति, मालिकपन की शक्ति सहज निर्विघ्न बना देती है, युद्ध नहीं करनी पड़ती है। एकाग्रता की शक्ति से स्वतः एक बाप दूसरा न कोई - यह अनुभूति होती है। ... एकाग्रता की शक्ति से स्वतः ही एकरस फरिश्ता स्वरूप की अनुभूति होती है।”

अ.बापदादा 15.11.03

“एकाग्रता की शक्ति से स्वतः ही सर्व के प्रति स्नेह, कल्याण, सम्मान की वृत्ति रहती ही है क्योंकि एकाग्रता अर्थात् स्वमान की स्थिति। फरिश्ता स्थिति स्वमान है।”

अ.बापदादा 15.11.03

“सन्यासी भी एकान्त में चले जाते हैं। सतोप्रधान सन्यासी जो थे, वे बहुत निडर रहते थे। ... सन्यासी जो सतोप्रधान थे, वे ब्रह्म की मस्ती में मस्त रहते थे, उनमें बड़ी कशिश होती थी। ... ब्रह्म ज्ञानियों के स्वांस भी सुखाले हो जाते हैं, ब्रह्म की ही याद में रहते हैं।”

सा.बाबा 27.10.04 रिवा.

“एकता और एकान्तवासी दोनों की बहुत आवश्यकता है। एकान्त के आनन्द के अनुभवी बन जायें तो बाहरमुखता अच्छी नहीं लगेगी। ... अव्यक्त स्थिति को बढ़ाने के लिये इनकी बहुत आवश्यकता है। इसलिए एकान्त में ज्यादा रुचि रखनी है।”

अ.बापदादा 16.6.69

“एकता के साथ एकान्तप्रिय बनना है। ... एकता के साथ एकान्तवासी कैसे बनें, यह भी अपने में भरना है। एकान्तप्रिय वह होगा जिसका अनेक तरफ से बुद्धियोग टूटा हुआ होगा और एक का प्रिय होगा। एकान्तप्रिय होने के कारण एक की याद में रह सकता। ... एक के सिवाए दूसरा न कोई। जो ऐसी स्थिति वाला होगा, वह एकान्तप्रिय हो सकता है।”

अ.बापदादा 25.10.69

“हम आत्मा छोटी सी बिन्दी हैं, हमारा बाप भी बिन्दी है, वह इस ड्रामा का मुख्य एक्टर है। ... आत्मा में 84 जन्मों का पार्ट अविनाशी नूँधा हुआ है। ये बहुत नई-नई बातें हैं। एकान्त में बैठकर अपने साथ ऐसी-ऐसी बातें करनी हैं।”

सा.बाबा 26.5.05 रिवा.

“अव्यक्त स्थिति में स्थित होकर फिर व्यक्त भाव में आओ ... परन्तु यह तब होगा जब एकान्त में बैठे अन्तर्मुख अवस्था में रहकर अपनी चेकिंग करेंगे, इसका अभ्यास करेंगे। ... जितना सर्विस का ध्यान है, उतना ही इस अभ्यास का भी ध्यान रहे।”

सा.बाबा 18.1.69

“अन्तर्मुखी और एकान्तवासी के महत्व को जानने वाले को समय स्वतः ही मिल जाता है। ... बीच-बीच में एक पॉवरफुल स्थिति में अपने मन को, बुद्धि को स्थित करना ही एकान्तवासी बनना है। जैसे साकार ब्रह्मा बाप को देखा। ... सुनते-सुनते एकान्तवासी बन जाते थे।”

अ.बापदादा 18.11.87

“एकता और एकान्तवासी दोनों की बहुत आवश्यकता है। एकान्त के आनन्द के अनुभवी

बन जायें तो बाहरमुखता अच्छी नहीं लगेगी। ... अव्यक्त स्थिति को बढ़ाने के लिये इनकी बहुत आवश्यकता है। इसलिए एकान्त में ज्यादा रुचि रखनी है।”

अ.बापदादा 16.6.69

“हम आत्मा छोटी सी बिन्दी हैं, हमारा बाप भी बिन्दी है, वह इस ड्रामा का मुख्य एक्टर है। ... आत्मा में 84 जन्मों का पार्ट अविनाशी नूँधा हुआ है। ये बहुत नई-नई बातें हैं। एकान्त में बैठकर अपने साथ ऐसी-ऐसी बातें करनी हैं।”

सा.बाबा 26.5.05 रिवा.

“तुम बच्चों को यह सब विचार-सागर मन्थन करने के लिए बहुत एकान्त चाहिए। ... बच्चों को बहुत खुशी होनी चाहिए कि हम जीवात्माओं को परमात्मा पढ़ा रहे हैं।”

सा.बाबा 29.11.05 रिवा.

“इस समय विशेष अटेन्शन चाहिए - मन-बुद्धि सदा एकाग्र रहे। एकाग्रता की शक्ति सहज ही निर्विघ्न बना देती है। ... एकाग्रता की शक्ति स्वतः ही ‘एक बाप दूसरा न कोई’ ये अनुभूति सदा कराती है। ... स्वप्न में भी सेकेण्ड मात्र भी हलचल में नहीं आये।”

अ.बापदादा 9.12.93

“आत्माभिमानि बनने में ही मेहनत है। कर्म करते भी बुद्धि बाप की तरफ लगी रहे। हर बात में यह प्रैक्टिस करनी चाहिए। ... बीच-बीच में समय मिले तो एकान्त में जाकर बैठना चाहिए। तुम्हें सबको बाप का परिचय भी सुनाना है।”

सा.बाबा 20.4.06 रिवा.

“अभी आप छोटी-छोटी बातों में मन और बुद्धि को बिजी बहुत रखते हो, इसलिए सेवा के सूक्ष्म गति की लाइन क्लीयर नहीं रहती है। ... इसलिए यह सूक्ष्म सेवा तीव्र गति से नहीं चल रही है। इसके लिए विशेष अटेन्शन - एकान्त और एकाग्रता।”

अ.बापदादा 27.11.89

“वरदाता को ‘एक’ शब्द प्यारा लगता है। एकव्रता, एक-बल, एक-भरोसा ... साथ-साथ एकमत, न मनमत, न परमत, एकरस - न और कोई व्यक्ति का और न कोई वैभव का रस। ऐसे ही एकता और एकान्तप्रिय। ऐसे और भी शब्द निकालना।”

अ.बापदादा 23.11.89

परमात्मा की याद और तपस्या

तपस्या अर्थात् अपने अभीष्ट लक्ष्य की सफलता के लिए जो भी बाधाएँ आयें, उनको सहन करते हुए, पार करते हुए सतत प्रयत्नशील रहना। बाबा ने तपस्या का अर्थ, तपस्या का विधि-विधान और उसका महत्व भी बताया है और तपस्या करने के लिए श्रीमत भी

दी है। तपस्या अर्थात् परमात्मा गहन याद। बाबा ने कहा है - ऐसी तपस्या करो, जो पुराने स्वभाव-संस्कार भस्म हो जायें, उनका नाम-निशान भी न रहे। जब पुराने भस्म होंगे, तब ही नये नये स्वभाव-संस्कार जाग्रत होंगे।

“अमृतवेले भी बहुत पुरुषार्थ करते हैं लेकिन योग-तपस्या अर्थात् योग तप के रूप में नहीं करते हैं।... याद को इतना पॉवरफुल नहीं बनाया, जो जो संकल्प करो विदाई तो विदाई हो जाये (पुराने स्वभाव-संस्कार की)।”

अ.बापदादा 31.12.05

“योग को पॉवरफुल बनाओ। एकाग्रता की शक्ति विशेष संस्कार भस्म करने में आवश्यक है। जिस रूप में, जितना समय एकाग्र होना चाहें एकाग्र हो जायें। एकाग्रता से संकल्प किया और भस्म। इसको कहा जाता है योग-अग्नि। ... पुराने संस्कार का रहा हुआ अंश भी वंश पैदा कर देता है।”

अ.बापदादा 31.12.05

“मैजारिटी बच्चों को तपस्या के लिए उमंग-उत्साह अच्छा है, मैनारिटी सोचते हैं कि प्रोग्राम प्रमाण करना ही है। एक है प्रोग्राम से करना और दूसरा है दिल से उमंग-उत्साह से करना। .. परिस्थितियों प्रमाण .. स्व-उन्नति के लिए .. तीव्र गति की सेवा और बापदादा के स्नेह का रिटर्न देने के लिए तपस्या अति आवश्यक है।”

अ.बापदादा 13.12.90

“तपस्या का सदा और सहज फाउण्डेशन है - बेहद का वैराग्य। बेहद का वैराग्य अर्थात् चारों ओर के किनारे छोड़ देना। ... न्यारा बनना ही किनारा छोड़ना है और किनारा छोड़ना ही बेहद की वैराग्य वृत्ति है।”

अ.बापदादा 13.12.90

“तपस्या करना अर्थात् एक का बनना, जिसको बाबा एकनामी कहते हैं। तपस्या अर्थात् मन-बुद्धि को एकाग्र करना। तपस्या अर्थात् एकान्त-प्रिय रहना। तपस्या अर्थात् स्थिति को एकरस रखना। तपस्या अर्थात् सर्व प्राप्त खजानों को व्यर्थ से बचाना अर्थात् एकॉनामी से चलना।”

अ.बापदादा 13.12.90

“ब्राह्मण जीवन की विशेषता ही तपस्या है। तपस्या अर्थात् एक की लगन में मगन रहना। ... तपस्या का अर्थ ही है - मन-वचन-कर्म और सम्बन्ध-सम्पर्क में अपवित्रता का अंशमात्र भी विनाश हो जाना, नाम-निशान समाप्त हो जाना।”

अ.बापदादा 4.12.91

“तपस्या अर्थात् प्योरिटी की पर्सनॉलिटी और रॉयलिटी का स्वयं भी अनुभव करना और औरों को भी अनुभव कराना। ... जैसे साकार ब्रह्मा बाप को देखा कि प्योरिटी की पर्सनॉलिटी कितनी स्पष्ट अनुभव करते थे।”

अ.बापदादा 4.12.91

“तपस्या वर्ष अर्थात् तपस्या के वायब्रेशन्स विश्व में और तीव्र गति से फैलाओ। ... विघ्नों का आना यह भी ड्रामा में आदि से अन्त तक नूँध है। यह विघ्न भी असम्भव से सम्भव की अनुभूति कराते हैं। ... फुटबाल के खेल में बाल आती है तब तो ठोकर लगाते हो। बाल ही न आये तो ठोकर कैसे लगायेंगे।”

अ.बापदादा 26.10.91

वास्तविकता ये है कि विघ्न और परिस्थितियाँ ही तपस्या के लिए प्रेरित करते हैं। इसीलिए गायन है - दुख में सुमिरन सब करें, सुख में करे न कोई। सतयुग में परमात्मा को कोई याद नहीं करता है क्योंकि सुख में हैं। द्वापर से जब दुख आरम्भ होता है तब ही परमात्मा की याद आती है। इसीलिए भक्त रहीमदास ने कहा है -

रहिमन विपदा हू भली, जो नारायण रत होये।

योग की सफलता में आंखें खोलकर योगाभ्यास का महत्व

बहुधा दुनिया में साधक आंखें बन्द करके ही ध्यान करते हैं परन्तु बाबा ने कहा है तुम्हारा कर्मयोग है अर्थात् तुमको कर्म करते हुए भी योगी बनना है और घर-गृहस्थ में रहते योगी अवस्था बनानी है। आंखें बन्द करके आत्मा कर्म नहीं कर सकती है और भविष्य नई दुनिया में जो भी प्राप्ति होने वाली है, वह हर आत्मा के अभी के कर्म पर ही आधारित है। इसलिए बाबा ने हमको आंखें खोलकर योग का अभ्यास करने की श्रीमत दी है। जब ये आदत पक्की हो जाती है तो कर्म करते भी योग की अवस्था रहती है, जिससे कर्म श्रेष्ठ होता है और श्रेष्ठ कर्म की प्रालब्ध भी श्रेष्ठ मिलती है।

दूसरी बात बाबा आंखें खोल कर योगाभ्यास करने के लिए क्यों कहते हैं क्योंकि आंखें बन्द करके योगाभ्यास करने पर मन में अनेक प्रकार के संकल्प-विकल्प उठते हैं, जो आंखें खोलकर अभ्यास करने पर नहीं उठते हैं भले ही आंखें खोलकर अभ्यास को पक्का करने में थोड़ा अधिक पुरुषार्थ करना होता है परन्तु वह योग की सिद्धि में बहुत ही सहयोगी है।

तीसरी बात आंखें खोलकर अभ्यास करने से अपने को आत्मा समझने और दूसरे को भी आत्मिक स्वरूप में देखने से एक-दूसरे को शक्ति की अनुभूति होती है, शक्ति का आदान-प्रदान होता है, जो योग की सिद्धि में बहुत सहायक है। ये सब आंखें खोलकर अभ्यास करने पर ही सम्भव है, आंखें बन्द करके करने से सम्भव नहीं है।

बाबा ने हमको अपने कल्याण के साथ औरों के कल्याण की भी श्रीमत दी है, जो हम आंखें खोलकर योगाभ्यास करने पर ही कर सकते हैं अर्थात् अपनी दृष्टि-वृत्ति से दूसरों को भी आत्मिक स्वरूप का अनुभव करा सकते हैं।

इस प्रकार हम देखें तो बाबा ने आंखें खोलकर योगाभ्यास करने की जो श्रीमत दी

है, वह ही योग का यथार्थ अभ्यास है और योग की सिद्धि के लिए परमावश्यक है।

“सतयुग में तुम कितने साहूकार थे तो तुम बच्चों को कितनी खुशी होनी चाहिए। ... याद से ही फायदा है। भण्डारे में भोजन बनाते हैं तो भी समझो हम शिवबाबा के बच्चों के लिए भोजन बनाते हैं।”

सा.बाबा 27.9.05 रिवा.

“ऐसे नहीं कि जिस समय याद में बैठो, उस समय अशरीरी स्थिति का अनुभव करो। नहीं, चलते-फिरते बीच-बीच में यह अभ्यास पक्का करो। आत्मा का स्वरूप ज्यादा याद होना चाहिए। ... ‘मेरा बाबा’ यह भूले नहीं।”

अ.बापदादा 10.12.92 पार्टी 2

“भल कितना भी बिजी रहो लेकिन ... हर घण्टे में एक मिनट शक्तिशाली याद का अवश्य निकालो। ... शक्तिशाली याद सदा रहे, उसके लिए यह लिंक टूटना नहीं चाहिए। ... एक सेकण्ड की शक्तिशाली याद तन और मन दोनों को प्रेश कर देती है।”

अ.बापदादा 20.2.88

“एक सेकेण्ड में अपने को अशरीरी बना सकते हो? संकल्प किया और स्थित हो गये। सेकेण्ड में अशरीरी, न्यारे और बाप के प्यारे। यह ड्रिल सारे दिन में बीच-बीच में करते रहो। ... यह अभ्यास करने से लास्ट में अशरीरी बनने में बहुत मदद मिलेगी।”

अ.बापदादा 27.2.96

योग की सफलता में निर्सकल्प और निर्विकल्प स्थिति के अभ्यास का महत्व

हठयोग में भी निर्सकल्प समाधि और निर्विकल्प समाधि का वर्णन है और बाबा ने भी निर्सकल्प स्थिति और निर्विकल्प स्थिति का ज्ञान दिया है, उनका महत्व बताया है और उस स्थिति को जमाने के लिए श्रीमत दी है। वह स्थिति कैसे बनें, उसके लिए विधि-विधान बताये हैं। बाबा ने जो विश्व-नाटक का ज्ञान दिया है, उसकी यथार्थ अनुभूति और धारणा इस स्थिति के अभ्यास में विशेष सहयोगी बनती है। निर्सकल्प और निर्विकल्प स्थिति ही इस पुरुषार्थी जीवन में मुक्ति-जीवनमुक्ति के सुख को अनुभूति का साधन और साधना है।

“कोई कुछ कहें तो सुना-अनसुना कर देना चाहिए। ... तुमको तो कहा गया है - सारे दुनिया को भूल जाओ, अपने को आत्मा समझो। आत्मा कानों बिगर सुनेगी कैसे, अशरीरी हो जाओ। जैसे आत्मा रात को अशरीरी हो जाती है, सो जाते हैं तो कोई गला भी काट कर जाते हैं तो पता नहीं पड़ता है। ... जब तक अशरीरी नहीं बने हो तब तक कुछ न कुछ माया की चोट

लगती ही रहेगी।”

सा.बाबा 13.1.69

“आप तो संकल्प को भी जज कर सकते हो। ऐसे जस्टिस जो अपने और दूसरी आत्माओं के भी संकल्प को जज कर सकें व परख सकें। ऐसे बन गये हो? ऐसा जस्टिस कौन बन सकता है, जिसकी बुद्धि का काँटा एकाग्र हो। ...बुद्धि निर्विकल्प हो, जिसके बोल और कर्म में लव और लॉ हो तथा स्नेह और शक्ति में बैलेन्स हो।”

अ.बापदादा 21.7.73

“निर्संकल्प अवस्था में रहने से तुम अपने तो क्या, किसी भी विकारी के विकल्पों को भी दबा सकते हो। कोई भी कामी पुरुष तुम्हारे सामने आयेगा तो उसका विकारी संकल्प नहीं चलेगा। जैसे देवताओं के आगे ... तुम्हारे आगे किसी विकारी का विकारी संकल्प नहीं चल सकता और यदि कुछ संकल्प चलेगा भी तो भी वह वार नहीं कर सकेगा। तुम योगयुक्त होकर खड़े रहेंगे तो।”

सा.बाबा 04.01.55

परमात्मा की याद भूलने का कारण

हमको परमात्मा की स्मृति अर्थात् याद कैसी हो, उसके लिए भी बाबा ने श्रीमत दी है। बाबा ने कहा है - जैसे पतिव्रता स्त्री की बुद्धि पति के सिवाए और कहीं नहीं जाती, ऐसे ही तुम्हारी बुद्धि में एक बाप की याद रहे। जैसे आशुक-माशुक एक दूसरे को याद करते, कर्म करते आशुक-माशुक सामने खड़ा हो जाता है। जैसे छोटे बच्चे को माँ की याद सहज रहती है। माँ की गोद बच्चे के लिए राजसिंहासन से भी अधिक सुखदायी होती है, बच्चा और किसके पास नहीं जाना चाहता। ऐसे ही जब आत्मा को परमात्मा की स्मृति से प्राप्त होने वाले सुख का अनुभव स्मृति में रहता है तो और किसी व्यक्ति या वस्तु की याद आ नहीं सकती।

दूसरों की दी हुई चीज उपयोग करेंगे तो उपयोग करते तो उस समय देने वालों की याद अवश्य आयेगी और परमात्मा की याद भूल जायेगी। इसलिए बाबा कहते हैं यज्ञ की दी हुई चीज का ही उपयोग करो। हम जो पढ़ते हैं या सुनते हैं तो उसमें लिखने वालों की या सुनाने वालों की याद स्वभाविक ही सूक्ष्म में रहती है, इसलिए बाबा ने कहा है - मैं जो पढ़ाता, वही पढ़ो और वही सुनो। अनावश्यक संग्रह न करो - नहीं तो वह भी अन्त में याद आयेगा और तुम्हारा पद-भ्रष्ट हो जायेगा। कोई ऐसा कर्म न करो, जो दिल को खाता रहे क्योंकि उस समय परमात्मा की याद रह नहीं सकती। राग-द्वेष, ईर्ष्या-घृणा के वश न हो क्योंकि उसके वशीभूत उन व्यक्तियों की ही याद आयेगी, परमात्मा की याद ठहर नहीं सकती, आदि-आदि अनेक बातों का बाबा ने ज्ञान देकर याद यात्रा को सफल बनाने की श्रीमत दी है।

परमात्मा की याद भूलती क्यों है? इसके विषय में हम विचार करें, चेक करें तो

देखेंगे कि काम-क्रोध, लोभ-मोह, अहंकार के वश आत्मा को कोई न कोई वस्तु या व्यक्ति याद अवश्य होता है। कोई और याद आता है, इसलिए ही याद भूल जाती है।

बाबा ने कहा है - बच्चों को दुख-दर्द, बीमारी आदि के समय भी कोई लौकिक सम्बन्धी याद न आना चाहिए। उस समय भी एक परमात्मा की याद ही होना चाहिए। यदि ऐसे समय किसी को कोई लौकिक सम्बन्धी याद आता है तो वह फेल हो गया।

परमात्मा से सर्व प्राप्तियों की अनुभूति होगी तो बाप की याद सहज रहेगी, इसलिए बाबा से क्या-क्या प्राप्तियां हुई हैं, उनको याद करो।

परमात्मा की सदा याद के लिए बाबा से सर्व सम्बन्धों की अनुभूति करने का पुरुषार्थ करना चाहिए। जब सर्व सम्बन्ध एक बाबा से होंगे तब ही उनकी याद रहेगी।

“प्रिय की याद स्वतः आती है। सारी सृष्टि में सबसे प्रिय है ही एक बाप, तो उसकी याद भूलती क्यों है? जरूर और कुछ याद आता होगा। कोई भी बात बिना कारण के नहीं होती।... विस्मृति का कारण है अपनी कमजोरी। जो श्रीमत मिलती है, उस पर पूरी रीति न चलने के कारण कमजोरी आती है।”

अ.बापदादा 24.1.70

“जब अविनाशी आत्मिक स्थिति में रहेंगे तब ही अविनाशी सुख की प्राप्ति होगी। आत्मा अविनाशी है ना। अव्यक्त आनन्द, अव्यक्त शक्ति ... सदैव वरदाता की याद में रहने से यह वरदान अविनाशी रहेगा। ... सारी सृष्टि में सबसे प्रिय वस्तु वही है तो उनकी याद भी स्वतः ही रहनी चाहिए। फिर उनकी याद भूलते क्यों हो? जरूर और कुछ याद आता होगा। कोई भी बात बिना कारण के नहीं होती। विस्मृति का भी कारण है।”

अ.बापदादा 24.1.70

“हमारा हर कर्म सुखदायी हो, यह है ब्राह्मण कुल की रीति।... अगर याद भूल जाते हैं तो बुद्धि कहाँ रहती है? एक तरफ से भूलते हैं तो दूसरे तरफ लगेगी ना। अपने को चेक करो कि अव्यक्त स्थिति से नीचे आते हैं तो किस व्यक्ति या वस्तु की तरफ बुद्धि जाती है। जरूर कुछ रहा है तब बुद्धि वहाँ जाती है।”

अ.बापदादा 25.1.70

“स्मृति को छोड़ेंगे ही नहीं तो विस्मृति कहाँ से आयेगी। सूर्यास्त हो जाता है तब अंधियारा हो जाता है। सूर्यास्त ही न हो तो अंधियारा कैसे आये। वैसे ही अगर स्मृति का सूर्य सदा कायम रखेंगे तो विस्मृति का अंधियारा आ नहीं सकता।”

अ.बापदादा 20.10.69

“सिर्फ भाग्यशाली बनने से भी मायाजीत नहीं बन सकेंगे। भाग्यशाली के साथ-साथ शक्तिशाली भी बनना है। ... सदाकाल शक्तिशाली स्थिति में, स्मृति में स्थित नहीं होते तब हार होती है।

जहाँ स्मृति है, वहाँ विस्मृति का आना असम्भव है।”

अ.बापदादा 21.6.72

“बलिहार जाने वाले की हार नहीं होती है। स्मृति समर्थी को लाती है और समर्थी में आने से ही कार्य सफल होते हैं अर्थात् जो सुनाया - खुशी, मस्ती, नशा वा निशाना सभी हो जाता है।”

अ.बापदादा 27.2.72

“कल्प पहले भी पास किया था ... यह नहीं समझते कि अगर अनेक बार यह अनुभव नहीं किया होता तो आज इतने समीप कैसे आये। ... यह स्मृति स्पष्ट और सरल रूप में रहे, खँचना न पड़े। ... जरूर कोई माया की खिंचावट अभी है, इसलिए बुद्धि में कल्प पहले वाली स्मृति स्पष्ट और सरल रूप में नहीं आती है।”

अ.बापदादा 3.10.71

“त्रिमूर्ति के इस एक ही चित्र की स्मृति में सारे ज्ञान का सार समाया हुआ है। रचयिता और रचना के ज्ञान से यह प्राप्ति होती है। ... मूझो नहीं। बाप की याद वा बाप के कर्म द्वारा बाप की याद वा बाप के गुणों द्वारा बाप की याद है तो भी वह याद ही हुई ना। ... याद के कोर्स को मुश्किल करते-करते फोर्स नहीं आता है, कोर्स में ही रह जाते हो।”

अ.बापदादा 4.7.71

“श्रीमत के पहिये लगने से स्वतः ही पुरुषार्थ की रफ्तार तेज हो जायेगी। सदा ऐसे सेवाधारी बनकर चलो। जरा भी बोझ महसूस नहीं करो। करावनहार जब बाप है तो बोझ क्यों? इसी स्मृति से सदा उड़ती कला में जाते रहो।”

अ.बापदादा 17.5.83

“सदैव स्मृति रखो कि ‘कम्बाइण्ड थे, कम्बाइण्ड हैं और कम्बाइण्ड रहेंगे। कोई की ताकत नहीं जो अनेक बार के कम्बाइण्ड स्वरूप को अलग कर सके।’ ... जहाँ प्यार होता है, वहाँ अधिकार भी होता है। अधिकार का नशा है ना। इतना बड़ा अधिकार सतयुग में भी नहीं मिलेगा।”

अ.बापदादा 26.3.93 पार्टी 3

“सदा इस भाग्य को सामने रखो अर्थात् स्मृति में रखो - मैं कौन हूँ, किसका हूँ और हमको क्या मिला है ... स्मृति आने से सहज ही जैसी स्मृति वैसी स्थिति हो जाती है। ... क्या भी होता रहे लेकिन हम मौज में रहने वाले हैं।”

अ.बापदादा 30.11.92 पार्टी 1

“बाप से अनेक प्रकार की प्राप्तियां हुई हैं। कभी किसी प्राप्ति को, कभी किसी प्राप्ति को स्मृति में रखो। ... बाप ने क्या-क्या खज़ाना दिया है, उसकी लिस्ट निकालो और स्मृति में रखो।”

अ.बापदादा 23.11.89 ग्रुप 3

“हर एक अपने आपको चेक करो कि सदा दिल के स्नेह का अनुभवी हैं वा बीच में कोई स्नेह

में लीकेज तो नहीं है ? अगर कोई भी आत्मा की तरफ प्रभावित हैं, चाहे उनकी विशेषता पर, चाहे किसी विशेष गुण पर प्रभावित हैं तो परमात्म-प्यार के अन्दर अविनाशी के बदले लीकेज हो जाता है।’

अ.बापदादा 15.11.08

अभी साइन्स के अनेक साधन निकले हैं, जिनसे सब कार्य सहज हो गये हैं। पहले पैदल दूर तक चले जाते थे ... अभी मोटर गाड़ी चाहिए, उसके बिगर जाना मुश्किल लगता है क्योंकि साधनों के अधीन हो गये हैं। हमको परमात्मा ने किसकी अधीनता से मुक्त रहना सिखाया है। बाबा ने कहा है - तुमको अपनी कर्मेन्द्रियों के भी अधीन नहीं रहना है, सदा स्वतन्त्र उड़ता पंक्षी रहना है। पंक्षी कभी बोझा नहीं उठाता है, इसलिए सदा स्वतन्त्र होकर उड़ता है।

दादी जानकी 29.10.08

“बाबा पहले-पहले यह समझ देता है - अपने को आत्मा समझ बैठो। अन्दर में यह घोटते रहो कि मैं आत्मा हूँ। अपने को आत्मा न समझने से बाप को भूल जाते हो।”

सा.बाबा 3.10.05 रिवा.

“सतयुग में देही-अभिमानि रहते भी बाप को नहीं जानते, सृष्टि-चक्र के ज्ञान को नहीं जानते।... मैं आत्मा छोटा सा स्टार हूँ, बाप भी छोटा स्टार है। तुम बच्चों को पहले-पहले यह मेहनत करनी है।”

सा.बाबा 11.4.06 रिवा.

मौन स्थिति और परमात्मा की याद का सम्बन्ध

मौन भी दो प्रकार का होता है - एक मन का मौन और दूसरा वाचा का मौन। योग की सफलता के लिए दोनों की आवश्यकता है। यथार्थ मौन अर्थात् अपनी स्थूल-सूक्ष्म कर्मेन्द्रियों को बाहर से समेटकर अपने आत्मिक स्वरूप के चिन्तन में लगाना, जिसे अन्तर्मुखता कहा जाता है।

परमात्मा को याद करने के लिए भी आत्मा को पहले अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होने की परमावश्यकता है। जब तक कोई आत्मा देहाभिमान में है, तब तक परमात्मा की यथार्थ रीति याद रह नहीं सकती है। अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होने के लिए संकल्प-विकल्पों से मुक्त होना अति आवश्यक है, इसके लिए मन का और मुख का मौन बहुत सहायक होता है। वैसे भी कहा गया है कि आत्मा की सबसे अधिक शक्ति संकल्पों से हासित होती है, उससे कम बोल से और उससे कम कर्म से अर्थात् संकल्प और बोल से आत्मा की बहुत शक्ति हासित होती है, उस शक्ति का संचय करने के लिए मन का तथा मुख का मौन आवश्यक है। आत्मिक शक्ति वाला सहज आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर परमात्मा को

याद कर सकता है।

लक्ष्य के अनुसार मन का तथा मुख का मौन रखने से आत्मा को अनेकानेक दिव्य स्मृतियां जाग्रत होती हैं, जो परमात्मा की याद में सहायक होती हैं। अन्तर्मुखता ज्ञान के अनेक गुह्य रहस्यों को समझने और अनुभव करने में सहायक होती है।

मौन स्थिति का अभ्यास भी अवस्था को योगयुक्त और समर्थ बनाने में बहुत सहायक है, इसलिए ही बाबा ने यज्ञ स्थापना की आदि में और बीच-बीच में भी मौन का अभ्यास कराया है, जिसकी यादगार में भक्ति मार्ग में भी मौन व्रत रखते हैं।

“पहले-पहले तुम बच्चों को अन्तर्मुख होना है। किससे जास्ती तीक-तीक नहीं करनी है। ... अलफ को समझने से फिर कोई संशय नहीं होगा।”

सा.बाबा 8.11.05 रिवा.

“चेक करो - बोल द्वारा इनर्जी और समय कितना जमा किया और कितना व्यर्थ गया ? जब इसको चेक करेंगे तो स्वतः ही अन्तर्मुखता के रस को अनुभव कर सकेंगे। अन्तर्मुखता का रस और बोलचाल का रस - इनमें दिन-रात का अन्तर है।”

अ.बापदादा 14.1.90

आत्मिक स्वरूप की स्मृति से परमात्मा की याद का सम्बन्ध

आत्मिक स्वरूप की स्मृति का स्थिति से सम्बन्ध

आत्मा की स्थिति, स्मृति और परमात्मा की याद का गहरा सम्बन्ध है। जैसी स्मृति होती है, वैसी ही स्थिति होती है और जैसी स्थिति होती है, उसके अनुरूप ही आत्मा को स्मृतियाँ इमर्ज होती हैं अर्थात् जब आत्मा देहाभिमान के कारण किसी विकार के वशीभूत होती है तो उसके अनुरूप वस्तु या व्यक्तियों की याद आती है और जब आत्मा अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होती है तो परमात्मा की याद स्वतः आती है, आत्मा को परमात्मा की याद खींचती है। आत्मिक स्वरूप की स्मृति से परमात्मा की याद आती है और परमात्मा की याद से आत्मा शक्तिशाली बनती है, स्मृति स्वरूप और शक्तिशाली आत्मा से कर्म भी सदा और स्वतः श्रेष्ठ होते हैं। यह विश्व-नाटक हू-ब-हू पुनरावृत्त होता है, इसलिए आत्मिक स्वरूप में स्थित आत्मा में भविष्य सतयुगी जीवन के संस्कार भी सहज इमर्ज होते हैं।

“जो समझते हैं कि हमारे सतयुगी संस्कार ऐसे ही मुझे स्पष्ट स्मृति में आते हैं जैसे इस जीवन के बचपन के संस्कार स्पष्ट स्मृति में आते हैं, वह हाथ उठाओ। यह स्पष्ट स्मृति में आना चाहिए। साकार रूप में स्पष्ट स्मृति में थे ना। यह स्मृति तब होगी जब अपने आत्मिक स्वरूप की स्मृति स्पष्ट और सदा काल रहेगी।”

अ.बापदादा 11.3.71

“अभी आत्मिक स्थिति की स्मृति कब-कब देह के पर्दे के अन्दर छिप जाती है। इसलिए यह स्मृति भी पर्दे के अन्दर दिखाई देती है। स्पष्ट नहीं दिखाई देती है। आत्मिक स्मृति स्पष्ट और बहुत समय रहने से अपना भविष्य वर्सा अथवा अपने भविष्य के संस्कार स्वरूप में सामने आयेंगे।”

अ.बापदादा 11.3.71

“जैसे अपना साकार स्वरूप, सदा और स्वतः याद रहता है, उसका अभ्यास नहीं करते हो बल्कि और ही उसको भुलाने का अभ्यास करते हो। ऐसे ही अपना निजी-स्वरूप व वरदानी-स्वरूप, सदा ही स्मृति में रहना चाहिए। अपवित्रता का और विस्मृति का नामोनिशान न रहे, इसको कहा जाता है - वरदानों का कोर्स करना। क्या ऐसा कोर्स किया है?”

अ.बापदादा 27.12.74

“आप सब अपने मस्तक की रेखाओं को जान और देख सकते हो, परन्तु कैसे? बाप-दादा के दिल-तख्तानशीन बनकर, स्मृति के तिलकधारी बनकर, नॉलेजफुल और पॉवरफुल स्टेज पर स्थित होकर देखेंगे तो स्पष्ट जान सकेंगे। अपनी पोज़ीशन को छोड़कर, माया की ऑपोज़ीशन की स्थिति में व स्टेज पर स्थित होकर अपने को व अन्य आत्माओं को जब देखते हो, तब स्पष्ट दिखाई नहीं देता।”

अ.बापदादा 26.6.74

“समस्या के सीट को सम्भालने नहीं लग जाओ। लेकिन सीट पर बैठकर समस्या का सामना करना है। अब तो समस्या सीट की याद दिलाती है। ... इससे सिद्ध होता है कि दुश्मन ही शस्त्र की स्मृति दिलाते हैं लेकिन स्वतः और सदा स्मृति नहीं रहती।... दुश्मन आये ही नहीं, समस्या सामना न कर सके। शूली से कांटा बनना - यह भी फाइनल स्टेज नहीं है।”

अ.बापदादा 15.4.74

“जैसे अपना साकार स्वरूप सदा स्मृति में रहता है, क्या वैसे ही अपना निराकारी स्वरूप सदा और सहज स्मृति में रहता है? यह भी अपना निजी और अविनाशी स्वरूप है, यह भी सहज स्मृति में रहना चाहिए अब इसी स्मृति-स्वरूप के अभ्यास की गुह्यता में जाना चाहिए।”

अ.बापदादा 25.1.74

“सुहाग की निशानी तिलक गाया हुआ है। सदा बाप के साथ हैं, यह सदा विजय का तिलक अपने माथे पर लगा रहे। ... सदा यह स्मृति रहे कि मैं कल्प-कल्प की विजयी हूँ, अभी की नहीं।”

अ.बापदादा 1.10.75

“निरन्तर इस निश्चय की स्मृति रहे कि ‘मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ’ - यह स्मृति रहती है? स्मृति के बिना समर्थी थोड़ेही आयेगी? विजयी होने का आधार है - स्मृति। अगर स्मृति कमज़ोर होगी, निरन्तर नहीं होगी और स्मृति पॉवरफुल नहीं होगी तो विजयी कैसे होंगे? ...

कोई सोचे कि मार्ग तय करने से पहले मंजिल पर पहुँच जायें - यह हो सकता है ? मार्ग तो जरूर तय करना ही पड़ेगा। तो विजय है मंजिल और मार्ग है निरन्तर-स्मृति।”

अ.बापदादा 9.2.75

“साधारण कर्म करते भी श्रेष्ठ स्मृति और श्रेष्ठ स्थिति हो, जिसको देखते ही महसूस करें कि यह कोई साधारण व्यक्ति नहीं है। ... हीरा अपनी चमक छिपा नहीं सकता। ... जैसे ब्रह्मा बाप साधारण तन में होते भी पुरुषोत्तम अनुभव होता था। तो ऐसे फॉलो फादर।”

अ.बापदादा 20.12.92 पार्टी 1

“जैसी स्मृति होती है वैसी स्थिति होती है और जैसे स्थिति होगी वैसे कर्म होंगे ... जब यह स्मृति रहती है कि मैं हीरो पार्टधारी आत्मा हूँ तो स्वतः ही हर कर्म श्रेष्ठ होता है। ... अनेक अज्ञानियों के बीच आप ‘ज्ञानी आत्मा’ प्यारी अनुभव हो। इसको कहा जाता है हीरो पार्टधारी।”

अ.बापदादा 3.11.92 पार्टी 2

“चलते-फिरते, खाते-पीते बेहद वर्ल्ड ड्रामा की स्टेज पर विशेष पार्टधारी अनुभव करते हो ? ... इस सारे ड्रामा का आधार आप हो ना। ... तो सदा यह स्मृति रहे कि मैं विशेष पार्टधारी हूँ, इसलिए हर कर्म विशेष हो, हर कदम विशेष हो, हर सेकण्ड, हर संकल्प श्रेष्ठ हो।”

अ.बापदादा 25.11.93 पार्टी 5

“अनादि बाप ने आदि देव ब्रह्मा द्वारा आदि ब्राह्मणों की रचना की और आदि ब्राह्मणों ने अनेक ब्राह्मणों की वृद्धि की। ... अपने अनादि-आदि नाम, रूप, गुण और अब ब्राह्मण जीवन के सर्व गुणों के स्मृति स्वरूप बनो। ऐसे ही कर्तव्यों की स्मृति इमर्ज करो।”

अ.बापदादा 18.1.91

“सारी दुनिया ही अपना परिवार है। सर्व आत्माओं का तना आप ब्राह्मण हो। ... सदा यह स्मृति में रखो कि आदि आत्मा ने जिस श्रेष्ठ दृष्टि से हमको देखा, ऐसी ही श्रेष्ठ स्थिति की सृष्टि में सदा रहेंगे।”

अ.बापदादा 1.12.89

“अभी स्मृति में आता है कि जो यहाँ के होंगे, उनको झट स्मृति में आ जायेगा। हाँ, स्मृति में आये हुए को भी माया कोई समय जोर से थप्पड़ लगाये विस्मृत कर देती है। इसलिए बच्चों को बड़ा खबरदार रहना है। पवित्रता का कंगन भी पूरा बाँधना है।”

सा.बाबा 26.8.06 रिवा.

“अपने ब्राह्मण जन्म की विशेषता को नेचुरल नेचर बनाना - इसको ही सहज पुरुषार्थ कहा जाता है। सिर्फ एक ‘मैं विशेष आत्मा हूँ’ - इस स्मृति स्वरूप में स्थित हो जाओ तो बाप समान बनना अति सहज अनुभव करेंगे।”

अ.बापदादा 25.1.94

“यह एकसचेन्ज होती है। शिवबाबा को वारिस बनाने का कितना महत्व है। बाप कहते हैं - देह सहित जो कुछ है, उन सबका मुझे वारिस बनाओ। परन्तु देहाभिमान टूटना मुश्किल है। अपने को आत्मा निश्चय कर मुझ बाप को याद करें तब देहाभिमान टूटे, देही-अभिमानी बनें।”

सा.बाबा 4.11.08 रिवा.

“जो बच्चे देह-अभिमानी हैं, वे बाबा को याद नहीं करते। जो योगी नहीं हैं, वे धारणा नहीं कर सकते। यहाँ तो सच्चाई चाहिए, पूरा बाप को फॉलो करना है। जो सुनते हो वह धारणा कर औरों को भी समझाते रहो।”

सा.बाबा 5.11.08 रिवा.

बिन्दुरूप स्थिति, अव्यक्त स्थिति और परमात्मा की याद

बिन्दुरूप स्थिति क्या है और अव्यक्त स्थिति क्या है, इसका ज्ञान भी परमात्मा ने दिया है। ज्ञान मार्ग में सफलता प्राप्त करने के लिए दोनों ही परमावश्यक हैं और दोनों एक-दूसरे की पूरक हैं। जैसे परमात्मा के निराकार और साकार रूप का महत्व है, ऐसे ही योग की सफलता के लिए इन दोनों स्थितियों का भी महत्व है। दोनों के गुण-धर्मों में भी अन्तर है। इसके यथार्थ राज्ञ को समझेंगे तब ही हम उस रूप से याद कर अपने जीवन को सम्पूर्ण बना सकेंगे। बिन्दुरूप स्थिति है बीजरूप स्थिति विकर्म विनाश करने की स्थिति और अव्यक्त स्थिति अर्थात् फरिश्ता स्थिति है दैवी गुणों की धारणा करने की स्थिति।

“विस्तार करना और विस्तार में जाना आता है लेकिन विस्तार को जब चाहें तब समेटना और समा लेना - यह प्रैक्टिस कम है। ज्ञान के विस्तार में जाना जानते हो लेकिन ज्ञान के विस्तार को समाकर ज्ञान स्वरूप बन जाना, बीजरूप बन जाना - यह प्रैक्टिस कम है।”

अ.बापदादा 18.6.70

“अव्यक्त स्थिति में सर्व संकल्प स्वतः सिद्ध हो जाते हैं। ... अव्यक्त मूर्त को सामने देख समान बनने का प्रयत्न करना है। जैसा बाप वैसे बच्चे। ... बिन्दु रूप में तब टिक सकेंगे जब पहले शुद्ध संकल्प का अभ्यास होगा। ... एकसीडेण्ट के समय ब्रेक नहीं लगती तो मोड़ना होता है। बिन्दु रूप है ब्रेक, शुद्ध संकल्पों से अशुद्ध संकल्पों को हटाना है मोड़ना।”

अ.बापदादा 7.6.70 पार्टियों के साथ

“बापदादा से मुलाकात करते समय बिन्दु रूप की स्थिति में स्थित रह सकते हो? ... बिन्दुरूप स्थिति जब एकान्त में बैठते हो तब हो सकती या चलते-फिरते भी हो सकती है? अन्तिम पुरुषार्थ याद का ही है। इसलिए याद की स्टेज वा अनुभव को भी बुद्धि में स्पष्ट समझना आवश्यक है।”

अ.बापदादा 24.7.70

“बिन्दुरूप स्थिति क्या है और अव्यक्त स्थिति क्या है, दोनों का अनुभव क्या-क्या है? क्योंकि जब नाम दो कहते हैं तो जरूर दोनों के अनुभव में भी अन्तर होगा। ... फरिश्ता रूप की स्थिति अर्थात् अव्यक्त स्थिति जिसकी सदाकाल रहती है, वह बिन्दुरूप में भी सहज स्थित हो सकेगा। ... कार्य करते बीच-बीच में समय निकालकर इस फाइनल स्टेज अर्थात् बिन्दुरूप का पुरुषार्थ करना चाहिए।”

अ.बापदादा 24.7.70

“जैसे बापदादा व्यक्त में आते भी हैं तो भी अव्यक्त रूप के अव्यक्त देश के अव्यक्त प्रवाह में रहते हैं। वही बच्चों को भी अनुभव कराने के लिए आते हैं। ऐसे आप सभी भी अपनी अव्यक्त स्थिति का अनुभव औरों को कराओ।”

अ.बापदादा 24.1.70

“अच्छा सारे दिन में अव्यक्त स्थिति कितना समय रहती है? बिन्दु रूप के लिए नहीं पूछते हैं, अव्यक्त स्थिति कितना समय रहती है? ... अव्यक्त स्थिति के लिए कह रहे हैं। अव्यक्त स्थिति आठ घण्टा बनाना बड़ी बात नहीं है। अव्यक्त की स्मृति अर्थात् अव्यक्त स्थिति। ... गीत है ना- न वो हम से जुदा होंगे...। जब जुदा ही नहीं होंगे तो स्नेह दिल से कैसे निकलेगा।”

अ.बापदादा 18.6.70

“किसके संकल्पों को रीड करना - यह भी एक सम्पूर्णता की निशानी है। जितना-जितना अव्यक्त भाव में स्थित होंगे, उतना हर एक के भाव को सहज समझ जायेंगे। ... अव्यक्त स्थिति रूपी दर्पण को साफ और स्पष्ट करने के लिए तीन बातें सरलता, श्रेष्ठता और सहनशीलता की आवश्यकता है।”

अ.बापदादा 7.6.70

“जिनके व्यर्थ संकल्प नहीं चलते वे अपनी अव्यक्त स्थिति को ज्यादा बढ़ा सकते हैं। शुद्ध संकल्प भी चलने चाहिए लेकिन उनको भी कन्ट्रोल करने की शक्ति होनी चाहिए। ... व्यक्त में अव्यक्त स्थिति का अनुभव क्या होता है, वह सभी को प्रैक्टिकल में पाठ पढ़ाना है।”

अ.बापदादा 23.1.70

याद और जीवन का लक्ष्य

हर आत्मा के जीवन का अभीष्ट लक्ष्य है सम्पूर्णता को प्राप्त करना क्योंकि सम्पूर्णता से सम्पन्नता और सम्पन्नता से सन्तुष्टता और सन्तुष्टता से प्रसन्नता अर्थात् आत्मा सुख का अनुभव करती है। बाबा ने सम्पूर्णता को पाने के लिए विभिन्न प्रकार की यादें बताई हैं, जिनमें आत्मा को अपने आत्मिक स्वरूप की याद, परमात्मा की याद, विश्व-नाटक की याद अर्थात् विश्व-नाटक के गुण-धर्म विधि-विधानों की याद, परमधाम घर की याद, नई दुनिया अर्थात् स्वर्ग की याद आदि-आदि हैं। आत्मा इस विश्व-नाटक की अविनाशी पार्टधारी है, इसलिए इस संगमयुग पर ये सब प्रकार की यादें अति आवश्यक है, जिनका परमात्मा ने अभी ज्ञान दिया

है। और तो सारे कल्प इन सब बातों का यथार्थ ज्ञान नहीं रहता है अर्थात् अंशमात्र ही ज्ञान रहता है और उस अंशमात्र का बीज भी यहीं से आत्मा में पड़ता है।

याद और सम्बन्ध

परमात्मा की याद और शत्रुता-मित्रता, राग-द्वेष, ईर्ष्या-घृणा, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति

शत्रुता-मित्रता, अपना-पराया, लौकिक-अलौकिक अनेक प्रकार के सम्बन्ध सारे कल्प में आत्मा के बनते हैं, जिनके परिणाम स्वरूप राग-द्वेष, ईर्ष्या-घृणा, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति आदि का अनुभव करती है और उन सम्बन्धों की याद जीवात्मा को जाने-अन्जाने अवश्य आती है, इसलिए बाबा ने कहा है - सर्व सम्बन्धों की मेरे से अनुभूति करो अर्थात् सर्व सम्बन्धों से मुझे याद करो तो तुमको दैहिक सम्बन्धियों की याद भूल जायेगी। सम्बन्धों के विषय में विचार करें तो शत्रुता भी सम्बन्ध है, इसलिए शत्रु की भी याद आती है और वास्तविकता ये है कि शत्रु की याद मित्र से भी अधिक आती है, जो परमात्मा की याद भुला देती है। परन्तु अभी बाबा ने ज्ञान दिया है कि इस विश्व-नाटक में न कोई तुम्हारा शत्रु है और न मित्र है, न कोई अपना है और न ही कोई पराया है सब अपना-अपना अनादि-अविनाशी पार्ट बजा रहे हैं, सभी आत्मायें एक परमात्मा की सन्तान तुम्हारे प्रिय भाई हैं। उनको भी उनके आत्मिक स्वरूप में ही देखो और व्यवहार करो तो उनकी याद भी तुमको परमात्मा की याद दिलायेगी। पार्ट के अनुसार जो आज अपना है, वह पराया हो जाता है और पराया अपना हो जाता है

लौकिक सम्बन्धों की तो हमको याद आनी ही नहीं चाहिए परन्तु अलौकिक सम्बन्धों की भी अनावश्यक याद नहीं आनी चाहिए। कब-कब अलौकिक सम्बन्धों की याद भी परमात्मा की याद में बाधक बनती है। बाबा ने कहा है - लौकिक-अलौकिक सम्बन्धों की याद तो दूर की बात है, परमात्मा की याद के समय ज्ञान का भी चिन्तन नहीं चलना चाहिए, सेवा का भी चिन्तन नहीं चलना चाहिए।

यथार्थ रूप में जब परमात्मा की याद होगी तो हमारे अन्दर शत्रुता-मित्रता, राग-द्वेष, ईर्ष्या-घृणा, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति का भाव जागृत हो नहीं सकता। यदि ऐसा कोई भाव जागृत होता है तो निश्चित ही उस समय परमात्मा की याद नहीं है।

राग-द्वेष, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति, ईर्ष्या-घृणा का कारण भी याद है और परमात्मा की याद में सबसे अधिक विघ्न भी इनके कारण ही आते हैं क्योंकि जो आत्मा इनके वशीभूत

हो जाती है, उसको अनेकानेक वस्तु और व्यक्तियों की याद न चाहते भी आती है, जो परमात्मा की याद को भुला देती है। इनके वशीभूत आत्मा कभी भी परमात्मा को याद नहीं कर सकती है। ऐसी स्थिति वाले को सदा ही किसी न किसी वस्तु या व्यक्ति की याद सताती रहती है और वह याद आत्मिक शक्ति हास करके आत्मा को कमजोर बना देती है और कमजोर आत्मा अनेक प्रकार दैहिक एवं मानसिक व्याधियों के वशीभूत हो जाती है। मानसिक व्याधियों के वशीभूत आत्मा कब परमात्मा को याद कर नहीं सकती है क्योंकि परमात्मा की याद के लिए मन-बुद्धि का स्वच्छ और शक्तिशाली होना अति आवश्यक है। इसलिए बाबा हमको यथार्थ ज्ञान देकर इन राग-द्वेष, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति, ईर्ष्या-घृणा रूपी शत्रुओं से मुक्त करते हैं और मुक्त आत्मा को परमात्मा की याद स्वतः आती है।

भय और चिन्ता आत्मा के बड़े शत्रु हैं। शुभ के वियोग और अशुभ के संयोग की आशंका आत्मा को भयभीत करती है, जो आत्मा के व्यर्थ चिन्तन का मूल कारण है। जिस व्यर्थ चिन्तन से आत्मिक शक्ति का हास होता है और आत्मा अनेकानेक विकर्मों में प्रवृत्त होकर दुखी होती है। बाबा ने इस विश्व-नाटक का यथार्थ ज्ञान दिया है और कर्मों की गहन गति का भी ज्ञान दिया है। अतः इस भय और चिन्ता होकर निश्चिन्त, सुखमय जीवन जीने के लिए श्रीमत दी है, वह ज्ञान और श्रीमत हमारे जीवन में प्रकटिकल धारणा में रहे तो आत्मा इससे उत्पन्न होने वाले दुख से सहज ही मुक्त हो जाती है और मुक्त आत्मा सहज ही परमात्मा को याद कर सकती है।

बाबा ने कहा है - आत्मा के भयभीत होने और व्यर्थ चिन्तन से कुछ भी होता नहीं है, और ही व्यर्थ चिन्तन से आत्मिक शक्ति का हास होता है। विश्व-नाटक और कर्म की गहन गति की यथार्थता को जान निश्चिन्त और निर्भय होकर अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर सर्वशक्तिवान परमात्मा को याद करेगे तो हमारा कभी अशुभ हो नहीं सकता है और पूर्व कर्मों के फलस्वरूप कुछ आता भी है तो वह भी शूली से कांटा हो जाता है। भय और चिन्ता आत्मा के अपने ही विकर्मों के फलस्वरूप होते हैं। जो आत्मायें ईश्वरीय ज्ञान को समझकर परमात्मा की श्रीमत अनुसार कर्म करती हैं, वे सदा निभय और निश्चिन्त रहते हैं। जो परमात्मा के साथ सच्चे और आज्ञाकारी रहते हैं, उनको कब भय और चिन्ता हो नहीं सकती है। भय और चिन्ता का मूल कारण अज्ञानता है और ये परमात्मा की याद में बड़ी बाधा हैं।

“वैभव और व्यक्ति चिन्ता को मिटाने वाले नहीं हैं, चिन्ता को उत्पन्न करने के निमित्त बन जाते हैं... शुभ चिन्तक आत्मायें औरों के भी व्यर्थ चिन्तन और परचिन्तन को समाप्त करने वाले हैं।”

अ.बापदादा 10.11.87

“सतयुग में देवी-देवताओं को यह रचयिता और रचना के आदि-मध्य-अन्त का ज्ञान नहीं था। अगर उनको ये ज्ञान हो कि हम सीढ़ी उतरते रसातल में जायेंगे तो बादशाही का सुख भी न रहे, और ही चिन्ता लग जाये। अब तुमको चिन्ता लगी है कि हम सतोप्रधान थे, फिर तमोप्रधान बन गये, अब फिर सतोप्रधान कैसे बनें।”

सा.बाबा 17.7.71 रिवा.

“अभी तुम बच्चों को ईश्वरीय मत मिल रही है ... आत्मा को कोई भय नहीं रहता है। बाप कहते हैं - निर्भय बनो। तुमको कोई भय नहीं है। तुम अपने घर बैठे भी बाप की श्रीमत लेते रहते हो ... इसको कहा जाता है ईश्वर के साथ बच्चों का मेला।”

सा.बाबा 6.12.05 रिवा.

“एक तरफ से भूलते हैं तो दूसरे तरफ बुद्धि लगेगी ना। अपने को चेक करो - अव्यक्त स्थिति से नीचे आते हैं तो किस व्यक्त तरफ बुद्धि जाती है। जरूर कुछ रहा हुआ है, तब बुद्धि वहाँ जाती है।”

अ.बापदादा 25.1.70

“एक से सम्बन्ध रहता है तो अवस्था भी एकरस रहती है। अगर और कहाँ सम्बन्ध की रग जाती है तो एकरस अवस्था नहीं रहेगी। एकरस अवस्था बनाने के लिए सिवाए एक के और कुछ भी देखते हुए भी न देखो।”

अ.बापदादा 25.1.70

“एक की याद से सर्व प्राप्ति हो सकती है और सर्व की याद से कुछ भी प्राप्ति न हो तो कौन सा सौदा अच्छा ? ... सर्वशक्तिवान के साथ सम्बन्ध है तो उनकी शक्ति के आगे माया की शक्ति क्या है ? सर्वशक्तिवान बाप के बच्चे हैं - यह नशा कभी न भूलना। भूलने से ही माया वार करती है।”

अ.बापदादा 25.1.70

“दुख की भी बलिहारी सुख के दिन आने की समझो, इसको कहा जाता है सम्पूर्ण योगी। परिवर्तन शक्ति अर्थात् जो दुश्मन को भी दोस्ती में परिवर्तन कर दे। दुश्मन की दुश्मनी चल न सके। दुश्मन बनकर आये और बलिहार बनकर जाये।”

अ.बापदादा 18.1.09 रिवा.

याद और धारणा / दैवी गुणों की धारणा / ज्ञान की धारणा

याद और धारणा का गहरा सम्बन्ध है परन्तु प्रश्न उठता है कि धारणा शब्द का भावार्थ क्या है ? प्रायः धारणा शब्द दैवी गुणों की धारणा, मानवीय मूल्यों की धारणा के रूप में प्रयोग किया जाता है परन्तु दैवी गुणों की और मानवीय मूल्यों की यथार्थ रीति धारणा तब ही होती है, जब यथार्थ ज्ञान की धारणा होती है। जब यथार्थ ज्ञान होगा, तब ही आत्मा का योग परमात्मा से लगेगा, उसकी बुद्धि में परमात्मा की याद ठहरेगी और जब बुद्धि में परमात्मा की

याद होगी तो दैवी गुणों और मानवीय मूल्यों की जीवन में धारणा स्वतः होगी।

दैवी गुणों की धारणा भी आत्मा को परमात्मा की याद में सहयोगी बनती है क्योंकि दैवी गुणों की धारणा से व्यवहार में शुद्धि आती है जिससे विकर्म नहीं होते हैं, व्यर्थ चिन्तन नहीं होता। दैवी गुणों की धारणा वाले की किसी से शत्रुता-मित्रता नहीं होती है, इसलिए उसको परमात्मा को याद करने में और किसी की याद बाधक नहीं बनती है। दैवी गुणों में मूल दैवी गुण है पवित्रता अर्थात् ब्रह्मचर्य, जो परमात्मा की याद के लिए मूलाधार है।

जब आत्मा को परमात्मा पिता की और अपने आत्मिक स्वरूप की याद होगी, तब ही परमात्मा के द्वारा दिये गये ज्ञान की यथार्थ रीति धारणा होगी और जब आत्मा में सृष्टि-चक्र और स्वर्ग की याद होगी, तब ही दैवी गुणों की धारणा का पुरुषार्थ होगा और उनकी होगी। “सारा मदार है योग पर। योग से ही बुद्धि पवित्र होती है, तब ही धारणा हो सकती है। इसमें देही-अभिमानि अवस्था चाहिए। देह सहित सबकुछ भूलना पड़े। बस, अब हमको वापस जाना है।”

सा.बाबा 20.12.08 रिवा.

“यह सब प्वाइन्ट्स नोट करनी चाहिए, फिर धारण कर किसको समझाने की कोशिश करनी चाहिए। ... सदैव समझो शिवबाबा ही समझाते हैं। शिवबाबा को याद करने से ही विकर्म विनाश होते हैं। ... पहले-पहले तो निश्चय बैठे कि परमपिता परमात्मा स्वर्ग का रचयिता है, तो जरूर उसने ही राजयोग सिखाया होगा।”

सा.बाबा 17.10.08 रिवा.

“पहले-पहले यह निश्चय चाहिए कि हम आत्माओं का बाप वह निराकार परमपिता परमात्मा है और साकार में है प्रजापिता ब्रह्मा। हम हैं ब्रह्मा कुमार-कुमारियाँ। ... यह सब बातें धारण करनी हैं। धारणा तब होगी जब निरन्तर याद करते रहेंगे। याद करने से ही बुद्धि रूपी बर्तन शुद्ध होगा।” (Q. किन बातों की धारणा से बाप के साथ योग लगेगा और योग लगाने से किन-किन बातों की धारणा होगी ? यह विचारणीय है।)

सा.बाबा 9.10.08 रिवा.

“इन सभी दुखों की बातों से छूटने के लिए अविनाशी सर्जन हमको बहुत सहज दवाई देते हैं। ... उनको सिर्फ याद करने से सब रोग छूट जाते हैं और दवाई आदि कुछ भी नहीं है। ... बाप से कितनी बार वर्सा लिया है, फिर भी भूल जाते हो। बाप से वर्सा लेना है तो याद भी करना है और दैवी गुण भी धारण करने हैं।”

सा.बाबा 22.03.09 रिवा.

याद और ईश्वरीय सेवा

ईश्वरीय सेवा की सफलता के लिए किस-किस बात की याद रहे और कैसी हो ? ईश्वरीय सेवा भी परमात्मा की याद में सहयोगी बनती है क्योंकि ईश्वरीय सेवा है ही किसको बाप का परिचय देना, उसको बाप की याद दिलाना, उसको बाप को याद करने में सहयोगी बनना। ईश्वरीय सेवा में बिज़ी रहने से अन्य वस्तु और व्यक्तियों की याद स्वतः भूल जाती है, इसलिए जब अन्य वस्तु-व्यक्तियों की याद नहीं होती है तो परमात्मा की याद ही होगी।

परमात्मा की याद में ईश्वरीय सेवा करने से सेवा में सफलता मिलती है। बाबा ने कहा है - याद से तुम्हारे ज्ञान-वाणों में जौहर भरेगा, जो आत्माओं को सहज घायल कर देगा अर्थात् उनको सहज परमात्मा की अनुभूति करायेगा, जिससे उनको भी परमात्मा की आकर्षण होगी।

सेवा के मुख्य तीन साधन हैं - मन्सा, वाचा, कर्मणा। मन्सा सेवा अर्थात् सकाश की सेवा अर्थात् परमात्मा की याद में रहते अन्य आत्माओं को याद कर, उनको सहयोग देना। परमात्मा की याद में स्थित होकर लाइट-हाउस, माइट-हाउस होकर आत्माओं को सकाश देना। सर्च-लाइट स्थिति से सेवा करना। वाचा-सेवा अर्थात् वाणी द्वारा आत्माओं को परमात्मा की याद दिलाना, रास्ता बताना। वाचा सेवा की सफलता के लिए बाबा ने कहा है - वाचा के साथ योगयुक्त स्थिति होगी तो वाचा में जौहर भर जायेगा, वाचा से सेवा करते भी दृष्टि आत्मिक हो। कर्मणा-सेवा अर्थात् योगयुक्त स्थिति में रहकर कर्म करना, जिसको देखकर और भी सीखें अर्थात् हमारा कर्म भी सेवा करे। परमात्मा की याद में कर्म करने कर्म में बल भरता है, जो आत्माओं को परमात्मा की याद दिलाता है। परमात्मा की याद होगी और आत्माओं के कल्याण की भावना होगी तो आपही आत्मायें खिंच कर आयेंगी, हम उनकी सेवा कर सकेंगे अर्थात् उनकी सेवा होगी।

“तुम होली नन्स पवित्र भी बनाती हो और सभी आत्माओं का एक गॉड फादर से बुद्धियोग जुटाती हो ... जो रुहानी हॉस्पिटल खोलते हैं, जहाँ रोगी मनुष्य आकर निरोगी बनते हैं, स्वर्ग का वर्सा लेंगे, अपना जीवन सफल करेंगे, बहुत सुख पायेंगे तो इतने सबकी आशीर्वाद जरूर उनको मिलेगी।”

सा.बाबा 29.10.08 रिवा.

“बाप कहते हैं - सर्विस का सबूत दो, सभी को सुख दो। यहाँ तो बस यह सर्विस की तात लगी रहे, यह चिन्ता रहे। बुद्धियोग बाप के साथ हो। ... यज्ञ की स्थूल सेवा भी करनी चाहिए तो रुहानी सेवा भी जरूर करनी चाहिए। मनमनाभव का मन्त्र सबको देना है। मनमनाभव है मन्सा सेवा, मध्याजी भव है वाचा सेवा।”

सा.बाबा 10.12.08 रिवा.

“बाप को याद करने से ताक़त आती है। उससे बाप भी खुश होता है। ऐसी अवस्था वाला जिसको भी देखेगा तो उसको भी झट अशरीरी बना देगा।... सिर्फ शान्ति में बैठना कोई सुख नहीं है। वह है अल्पकाल का सुख। ... योग में कर्म भी करना है। योग से विकर्म विनाश होंगे।”

सा.बाबा 27.12.08 रिवा.

Q. किसी आत्मा को याद करने और सकाश देने में क्या अन्तर है ?

Q. किसी आत्मा को सन्देश देने और सकाश देने में क्या अन्तर है ?

किसी आत्मा को हम सेवा के अर्थ भी याद कर सकते हैं और स्वार्थवश भी याद कर सकते हैं।

परमात्मा को याद कर किसी आत्मा को याद करना, जिससे उसे भी परमात्मा की याद आये।

किसी आत्मा को याद करना अर्थात् उसको भी हमारी याद आये परन्तु सकाश देना अर्थात् वह आत्मा अपने में शक्ति अनुभव करे, उसकी बुद्धि परमात्मा की तरफ आकर्षित हो। किसी आत्मा को शान्ति और सुख का अनुभव कराना, निर्विघ्न बनाना, उसकी समस्या का समाधान कर देना।

सन्देश देना अर्थात् किसी आत्मा को ठिकाना बताना अर्थात् परमात्मा को याद करने की प्रेरणा देना, सुख-शान्ति के लिए सेवाकेन्द्र का पता बताना अर्थात् अमुख स्थान पर जाओ तो परमात्मा का ज्ञान मिलेगा, मुक्ति-जीवनमुक्ति का रास्ता मिलेगा, परिस्थिति से पार होने के लिए समाधान मिलेगा परन्तु सकाश देने से उसको परमात्मा का अनुभव होगा, मुक्ति-जीवनमुक्ति का अनुभव हो, परिस्थिति पर विजय पाने के लिए समाधान मिलेगा, शक्ति मिलेगी।

Q. किसी आत्मा को याद करना और उसके स्व-स्वरूप और परमात्मा की याद दिलाने और सकाश देने में क्या अन्तर है ?

याद हम अपने स्वार्थ से, मोह से भी करते हैं परन्तु उसके स्व-स्वरूप की याद दिलाते, परमात्मा की याद दिलाते हैं, वह उसके कल्याणार्थ के लिए होता है, इसलिए उसे सुकर्म कहा जाता है, उससे याद दिलाने वाली आत्मा का पुण्य का खाता जमा होता है। आत्मा को उसके स्व-स्वरूप की और परमात्मा की याद दिलाना सुकर्म है परन्तु उसको याद करना सुकर्म नहीं है अर्थात् किसी आत्मा को याद करने मात्र से पुण्य का खाता जमा नहीं होता है।

सकाश देना अर्थात् उसे अपनी देह और देह की दुनिया भुला देना और परमात्मा की याद में स्थित कर देना, जिससे वह आत्मा अपने में शक्ति और शान्ति का अनुभव करेगी।

Q. सकाश और दृष्टि में क्या अन्तर है ?

दृष्टि अर्थात् किसी आत्मा को प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप में उसके मूल स्वरूप में देखना, उसके गुण-विशेषताओं को देखना परन्तु सकाश अर्थात् उसमें अपनी दृष्टि से शक्ति का संचार करना।

दृष्टि में गुण-अवगुण दोनों दिखाई देते हैं और वे अपने को भी प्रभावित कर सकते हैं इसलिए अवगुण से बुद्धि हटाकर गुणों पर केन्द्रित करने से उसका भला होता है परन्तु सकाश में देने का संकल्प होता है तो उसमें लेने का नाम-निशान नहीं होता, इसलिए गुण-अवगुण देखने का प्रश्न ही नहीं उठता।

Q. सकाश और लाइट-हाउस, माइट-हाउस, सर्च-लाइट में क्या अन्तर है ?

लाइट-हाउस अर्थात् आत्मा-परमात्मा के गुणों और शक्तियों का, ईश्वरीय ज्ञान का चिन्तन कर उसके वायब्रेशन्स निर्वाध रूप से वातावरण में प्रसारित करना।

माइट-हाउस अर्थात् अपने आत्मिक स्वरूप या परमात्मा की याद में शक्ति रूप बन शक्ति के वायब्रेशन्स वातावरण में प्रसारित करना।

सर्च-लाइट अर्थात् शक्ति के वायब्रेशन्स किसी व्यक्ति विशेष, स्थान विशेष ... पर फेंकना। शक्ति के वायब्रेशन्स देकर आत्मा को जाग्रत करना और आभास कराना कि हम यहाँ है अर्थात् यहाँ से रास्ता मिल सकता है।

सकाश अर्थात् लाइट-माइट से सम्पन्न होकर किसी व्यक्ति विशेष, स्थान विशेष पर लाइट-माइट फैलाना, जिससे आत्मायें स्वतः ही लाइट-माइट का अनुभव करें। सकाश परमात्मा से लेना है और सर्व आत्माओं को देना है। परमात्मा से लाइट-माइट लेने वाली भरपूर आत्मा ही औरों को लाइट-माइट दे सकती है। परमात्मा को भूला हुआ, कोई कमजोर आत्मा अर्थात् जिसमें शक्ति की कमी है, इच्छा-आकांक्षाओं के वशीभूत आत्मा सकाश नहीं दे सकती है। जो स्वयं ही सम्पन्न नहीं है, भरपूर नहीं है, वह औरों को कैसे दे सकता है क्योंकि पहले तो वह स्वयं में ही भरना चाहेगा। शक्ति उसमें ही रुक जायेगी क्योंकि वह स्वयं ही खाली है। जो भरपूर है, उससे ही परमात्मा के द्वारा आने वाली शक्ति अन्य आत्माओं के लिए जा सकती है क्योंकि भरपूर होने के कारण उसमें अपने अन्दर रखने की इच्छा नहीं है। जब हमारी स्थिति निर्संकल्प, निर्भय, निश्चिन्त, निस्वार्थ, सम्पन्न होगी, तब ही हम किसी आत्मा को सकाश दे सकेंगे।

निर्संकल्प स्थिति वाली आत्मा ही किसको सकाश दे सकती है। राग-द्वेष, भय-चिन्तन, दुख-अशानति, ईर्ष्या-घृणा, अहंकार-हीनता, शत्रुता-मित्रता के वशीभूत आत्मा कब किसको सकाश दे नहीं सकती क्योंकि वह कभी निर्संकल्प स्थिति में स्थित नहीं हो सकता।

“कोई भी बड़ी सभा में भाषण आदि में यही समझाना है - परमपिता परमात्मा फिर से कहते हैं - हे बच्चे, देह सहित देह के सब धर्म त्याग अपने को आत्मा समझ मुझ बाप को याद करो तो तुम्हारे पाप खत्म होंगे।”

सा.बाबा 26.11.08 रिवा.

“चलते-फिरते ऐसे समझो कि हम एक्टर्स हैं, अब हमको वापस जाना है। ... बाप घड़ी-घड़ी याद दिलाते हैं - मैं तुमको वापस ले जाने आया हूँ। यह है रुहानी यात्रा।”

सा.बाबा 26.11.08 रिवा.

“यह मैं और मेरा, तुम और तेरा - यह चार शब्द हैं, जिनको मिटाना है। ... हर बात में बाबा-बाबा कहकर बोलो तो किसको भी तीर लग जायेगा। ... फिर प्लेन याद में ठहर जायेंगे। अभी बिन्दी रूप में स्थित होने में मेहनत लगती है। क्यों? सारा दिन स्थिति प्लेन न होने के कारण प्लेन याद ठहरती नहीं है।”

अ.बापदादा 26.3.70

“जब बहुत भक्ति करते हैं तब भगवान मिलते हैं। सो भी रात के बाद दिन जरूर आना है। परन्तु समय पर होगा ना। ... समझाने के लिए तुम बच्चों में योग का बल चाहिए। योगबल से सब काम सहज हो जाते हैं। ... कहाँ-कहाँ बाबा भी मदद करते हैं। ड्रामा में जो नूँध है, वह रिपीट होता है।”

सा.बाबा 21.11.08 रिवा.

“प्रॉब्लम का दरवाजा बन्द। डबल लॉक लगाना। डबल लॉक है - याद और सेवा। मन्सा सेवा सदा हाजिर है। ऐसे नहीं कि सेवा का चान्स ही नहीं मिला... मन्सा के लिए कोई नहीं रोकता है। रात को भी जागकर मन्सा सेवा कर सकती हो। मन्सा सेवा अर्थात् सकाश दो, आत्माओं का आवाह्न करो। बेचारे दुखी है, उनको सहारा दो।”

अ.बापदादा 15.11.08

“जहाँ बाप है, वहाँ विजय है ही। ... सूर्यवंशी अर्थात् सदा विजयी। विजय जन्मसिद्ध अधिकार अनुभव हो। कहना नहीं लेकिन अनुभव हो।... सेवा करना अर्थात् खाता जमा करना। सेवा, सेवा नहीं है लेकिन मेवा है।”

अ.बापदादा 18.11.93 पार्टी 3

“बाप को याद करने वाली आत्मा, जिसको बाप का खज़ाना मिल गया, वह सेवा के बिना रह ही नहीं सकता क्योंकि अथाह प्राप्ति है, अखुट खज़ाने हैं, दाता के बच्चे हैं, वे देने के बिना रह नहीं सकते।”

अ.बापदादा 20.10.08

“ज्ञानमूर्त और यादमूर्त दोनों में समान बनना है। ... जितना जो खुद यादमूर्त रहता है, उतना ही वह औरों को भी बाप की याद दिला सकता है। यादमूर्त बन सभी को याद दिलाना है।”

अ.बापदादा 5.4.70

“हर एक को बाप का परिचय देना है और यह सच्ची यात्रा सिखलानी है। ... आत्माओं के रूप में कोई फर्क नहीं होता बाकी शरीरों में और पार्ट में फर्क होता है।”

सा.बाबा 14.10.08 रिवा.

“न्यारे और प्यारे बनना है और बनाना है - यही लक्ष्य रखना है। जो जितना बनता है, उतना ही बनाता है। ... विघ्नों को मिटाने की युक्तियाँ अगर सदैव याद हैं तो पुरुषार्थ में ढीला नहीं पड़ेंगे।”

अ.बापदादा 14.10.08

“हम बहुतों को समझाते हैं, इसमें खुश नहीं होना चाहिए। पहले देखना है मैं बाबा को कितना याद करता हूँ, रात को बाबा को याद करके सोता हूँ या भूल जाता हूँ?... सर्विस भी करनी है और याद में रहकर विकर्म भी विनाश करने हैं।”

सा.बाबा 14.01.09 रिवा.

“जैसे-जैसे अव्यक्त स्थिति होती जायेगी, वैसे बोलना भी कम होता जायेगा। योगबल और ज्ञानबल दोनों इकट्ठा होने सर्विस में सफलता होती है। ... जितना ज्ञानबल और योगबल समानता में लायेंगे, उतनी सफलता होगी।”

अ.बापदादा 23.1.70

“ऐसे मत समझो कि भाषण करने वाले ऊंच हैं। ... सिर्फ कहना नहीं है लेकिन करना भी है। कथनी, करनी, रहनी सब समान हो। ... भल भाषण बहुत अच्छा करते हैं परन्तु बाप के साथ बुद्धियोग भी अच्छा चाहिए।”

सा.बाबा 29.9.08 रिवा.

“अलौकिक सर्विस क्या करते हो। आत्मा का कनेक्शन पॉवरहाउस के साथ करने की सर्विस करते हो। तार का तार के साथ कनेक्शन करना होता है तो रबड़ उतारना होता है। वैसे ही आपका पहला कर्तव्य है - अपने को आत्मा समझ शरीर के भान से अलग रहना और औरों को भी शरीर के भान से अलग बनाना अर्थात् अनुभव कराना।”

अ.बापदादा 23.1.70

Q. क्या परमात्मा के लिए लाइट-माइट हाउस और सर्चलाइट कहेंगे ?

नहीं, परमात्मा लाइट-माइट हाउस तो है परन्तु वह सर्च-लाइट देने का काम नहीं करता है। परमात्मा तो सूर्य और सागर के समान अखुट-अनन्त है, इसलिए उसकी लाइट-माइट, रहम, दया सदा सर्व आत्माओं के लिए फैल रही है, जो आत्मायें अपने पुरुषार्थ अनुसार प्राप्त करती हैं। सर्च-लाइट की बात मनुष्यात्माओं के लिए होती है, इसलिए ब्रह्मा बाबा के लिए कहेंगे कि वे आवश्यकता के समय किन्हीं विशेष आत्माओं को सर्च-लाइट देकर सकाश देते हैं। सृष्टि के विधि-विधान अनुसार आत्मा को उसके पुरुषार्थ अनुसार समय पर निमित्त आत्माओं को उसके लिए दया-रहम जाग्रत होता है और वे परमात्मा की याद में उसको सर्च-लाइट अर्थात् सकाश देकर राहत देते हैं, सहयोग देते हैं।

याद और चिन्तन

ज्ञान का चिन्तन, परमात्मा के गुणों-कर्तव्यों का चिन्तन आत्मा को वाह्य वस्तु और व्यक्तियों की याद भुला देता है, जिससे परमात्मा के स्वरूप की याद सहज आती है। विश्व-नाटक प्रकृति के विधि-विधान के नियमानुसार जो जिसका चिन्तन करता है, वह वैसा ही बन जाता है। इसलिए जब आत्मा परमात्मा के गुणों-शक्तियों का चिन्तन करती है तो उसके जीवन में भी वे गुण और शक्तियाँ धारण होती हैं, जो हमारा मुख्य लक्ष्य है।

अपनी शान्त स्थिति में रहेंगे तो जो सुनाना होगा, वह आपही याद आयेगा और उसको सुनने वाले भी रुचि से सुनेंगे। ... आप सब सफेद लाइट होते ही हलचल में क्यों आ जाते हो ? हलचल में तो सुनाने वाले को आना है क्योंकि उसको सुनाना है।

दादी जानकी 29.10.08

“भल बच्चे कहते हैं कि बहुत सहज है परन्तु मैं जो हूँ, जैसा हूँ, वैसा जानकर याद करते हैं ? ... मैं आत्मा बिन्दु हूँ और हमारा बाबा भी बिन्दी है। ... मनुष्यों को यह कैसे समझायें, इस पर विचार सागर मंथन चलना चाहिए।”

सा.बाबा 2.2.05 रिवा.

“अपने अन्दर में बैठकर देखो, अपने से पूछो कि ऐसा मीठा-मीठा बाबा जो हमको स्वर्ग का मालिक बनाते हैं, उनको सारे दिन में कितना याद किया ? ... यह सब खत्म हो जाना है, हम और बाबा ही रहने वाले हैं। ऐसे-ऐसे अपने अन्दर बातें करो तो बहुत मज़ा आयेगा।”

सा.बाबा 22.03.09 रिवा.

परमात्मा की याद और स्वप्न एवं निद्रा

निद्रा जीवन का एक अभिन्न अंग है और स्वप्नों का निद्रा से गहरा सम्बन्ध है। इस प्रकार से हम देखें तो स्वप्न भी जीवन का एक अंग है और उनका भूत काल के जाग्रत जीवन से गहरा सम्बन्ध है और उसका भविष्य के जाग्रत जीवन के कर्मों पर महत्वपूर्ण प्रभाव है। हमारे स्वप्न सदा शुभ और श्रेष्ठ रहें, उसके लिए बाबा ने स्वप्नों का ज्ञान, उनका आधार और उनकी श्रेष्ठता के लिए ज्ञान दिया है। निन्द्रा और स्वप्नों का भी याद से गहरा सम्बन्ध है। भूतकाल की याद के आधार पर ही स्वप्न आते हैं और वे स्वप्न भविष्य की याद को प्रभावित करते हैं।

दिन में और कार्य-व्यवहार में जैसी याद होती है, उस अनुरूप ही आत्मा को स्वप्न आते हैं। अनेक दृष्य जो सुसुप्त स्मृति रूप में अन्तःपटल पर अंकित होते हैं, वे ही स्वप्न के रूप में आते हैं। निद्रा में आने वाले स्वप्नों की याद दिन में भी आती रहती है, जो भी कभी-कभी परमात्मा की याद भुला देती है। इसलिए बाबा ने कहा है - रात को परमात्मा को याद

करके सोओ तो स्वप्न भी अच्छे आयेंगे, तुम स्वर्ग में सैर करते रहेंगे, जो दिन में भी परमात्मा की याद में सहयोगी बनेंगे।

“ऐसे नहीं कि स्वप्न तो मेरे वश में नहीं है। स्वप्न का भी आधार अपनी साकार जीवन है। अगर साकार जीवन में मायाजीत हो तो स्वप्न में भी माया अंशमात्र में भी नहीं आ सकती। ... जो स्वप्न में कमजोर होता है, तो उठने के बाद भी वे संकल्प जरूर चलेंगे और योग साधारण हो जायेगा। ... सदा मायाजीत अर्थात् सदा बाप के समीप संग में रहने वाले।”

अ.बापदादा 13.10.92 पार्टी 3

“अगर कोई व्यर्थ वा विकारी स्वप्न, लगाव का स्वप्न आता है तो अवश्य सोने के समय आप अलबेलेपन में सोये। ... बाप का फरमान है कि सोते समय सदा अपने बुद्धि को क्लीयर करो, चाहे अच्छा, चाहे बुरा, सब बाप के हवाले करो और अपनी बुद्धि को खाली करो।”

अ.बापदादा 16.11.95

आत्मा-परमात्मा की स्मृति और कर्मों का हिसाब-किताब

आत्मा के कर्मों का हिसाब-किताब भी परमात्मा की याद में बाधक भी होता है तो सहयोगी भी होता है। अनेक आत्मायें चाहते हुए भी कर्मों के हिसाब-किताब के कारण परमात्मा को याद नहीं कर पाती हैं। बाबा ने भी अनेक बार कहा है - तुमको परमात्मा की याद करते समय किसी व्यक्ति की याद आती है तो जरूर तुम्हारा उसके साथ कोई हिसाब-किताब है परन्तु तुमको परमात्मा की याद को छोड़ना नहीं है क्योंकि परमात्मा की याद से वह हिसाब-किताब सहज चुक्तू हो जायेगा।

योगयुक्त होकर जो कर्म करते हैं, उनसे हमारा जो हिसाब-किताब बनता है, वह सुखदायी होता है। अभी परमात्मा की याद में जो सेवा करते हैं, उससे हम सतयुग के लिए सुखदायी हिसाब-किताब बनाते हैं। अभी भी कई ऐसे उदाहरण हैं, जिनके घर में किसी बच्चे ने जन्म लिया तो उनको ईश्वरीय परिचय मिला और वे ज्ञान में चल पड़े।

परमात्मा की याद और ब्राह्मण जीवन की सुरक्षा अर्थात् इन्श्योरेन्स

परमात्मा की याद ही ब्राह्मणों के लिए सबसे बड़ी और अच्छी सुरक्षा है क्योंकि परमात्मा की याद में हम जो कर्म करते हैं, वह सुकर्म होता है और आत्मा के श्रेष्ठ कर्मों का फल ही आपत्ति काल में उसकी सुरक्षा करता है अर्थात् श्रेष्ठ कर्मों का फल ही सुरक्षा की गारण्टी है, जो सदा और सर्वत्र सुरक्षा करता है। जो ब्राह्मण होकर भी अपने जीवन की सुरक्षा

के लिए किन्हीं व्यक्तियों को आधार बनाते हैं, वे अवश्य ही धोखे में हैं और यह सिद्ध करता है कि उनको परमात्मा पर, अपने श्रेष्ठ कामों के कर्म-फल पर निश्चय और विश्वास नहीं है। बाबा ने अनेक बार कहा है कि अन्त समय ये सब बैंक, इन्श्योरेन्स कम्पनियां आदि डूबेंगी और कोई इन्श्योरेन्स देने-लेने वाला नहीं रहेगा एवं कोई किसको सहयोग देने वाला नहीं होगा। जिन आत्माओं को परमात्मा पर निश्चय है, उनकी श्रीमत पर चलते हैं, उनके ऊपर परमात्मा की सदा छत्रछाया है और वही उनकी सुरक्षा करने वाली है। इस सत्य को कब भूलना नहीं चाहिए। कोई मनुष्य जिसको अपने ही जीवन की गारण्टी नहीं है, वह दूसरे की गारण्टी क्या लेगा!

“अगर साकार शरीरधारी के सहारे की आदत होगी तो अव्यक्त बाप और निराकार बाप पीछे याद आयेगा, पहले शरीरधारी याद आयेगा। ... सहयोग लेना अलग बात है लेकिन सहारा बनाना अलग बात है। यह बहुत गुह्य बात है, इसको यथार्थ रीति से जानना पड़े।... संगठन में रहना है, स्नेही बनना है लेकिन बुद्धि का सहारा एक बाप हो, दूसरा न कोई।”

अ.बापदादा 20.2.87

“यह है खूने नाहेक खेल, नेचुरल केलेमिटीज भी होंगी। ... बहुत आफतें आयेंगी। तुम बच्चों को अभी ऐसी प्रैक्टिस करनी है, जो अन्त में एक शिवबाबा ही याद रहे। ... नहीं तो बहुत पछताना पड़ेगा।”

सा.बाबा 13.4.05

“भगवानुवाच - मैं गारण्टी करता हूँ कि तुम अपने को आत्मा समझ मामेकम् याद करो तो तुम पतित से पावन एवर-हेल्दी बन जायेंगे।”

सा.बाबा 27.03.09 रिवा.

विभिन्न प्रकार के योग और राजयोग एवं हठयोग का अन्तर

मुख्यता दुनिया में दो प्रकार के योग का गायन है, एक है हठयोग और दूसरा है राजयोग। इन दोनों को ही भिन्न-भिन्न नामों से जाना जाता है। हठयोग में शारीरिक क्रियायें हैं अर्थात् हठयोग शरीर के साथ ही होता है जब कि राजयोग बुद्धि की क्रिया है और उसमें ईश्वरीय ज्ञान का महत्वपूर्ण सहयोग है। बुद्धि से अपने को आत्मा समझना और बुद्धि से परमात्मा को जानकर याद करना ही राजयोग है। भक्ति-योग, सांख्य-योग, सन्यास-योग आदि हठयोग की विभिन्न शाखायें हैं। भक्ति मार्ग में भक्ति-योग, सांख्य-योग, सन्यास-योग आदि सभी योग शरीर के साथ ही होते हैं, जो एक प्रकार के हठयोग ही हैं। हठयोग से आत्मा की कभी भी चढ़ती कला नहीं हो सकती, बल्कि उन सबसे आत्मा की उतरती कला ही होती है। भले ही हठयोग में भी आत्म-कल्याण का लक्ष्य रखने से उतरती कला की गति मन्द हो

जाती है क्योंकि उसमें भी आत्मा का अपने कर्मों पर ध्यान रहता है। राजयोग से व्यक्तिगत रूप में आत्मा की चढ़ती कला होती है और सामूहिक रूप से विश्व की भी चढ़ती कला होती है, जिससे नये विश्व का निर्माण होता है। हठयोग से अल्पकाल के लिए शारीरिक स्वास्थ्य का लाभ होता है जबकि राजयोग से आत्मा स्वस्थ होती है और जब आत्मा स्वस्थ होती है तो शरीर भी अवश्य ही स्वस्थ होगा। इस प्रकार देखें तो दोनों ही योग एक-दूसरे के विपरीत हैं अर्थात् दोनों में रात-दिन का अन्तर है।

“सन्यास भी दो प्रकार के हैं। सन्यास अर्थात् पवित्र रहना, 5 विकारों को छोड़ना। वे हैं हठयोग सन्यासी, उनकी डिपार्टमेंट अलग है। ... तुम बच्चों को समझाया जाता है - गृहस्थ व्यवहार में रहते देह सहित देह के सब सम्बन्ध त्याग बाप को याद करना है।”

सा.बाबा 28.11.08 रिवा.

“बुद्धि का योग अभी हृद के बाप से तोड़ना है और बेहद के बाप को याद करना है। सारी दुनिया के जो भी मित्र-सम्बन्धी आदि हैं, उन सबको भूलना है। बल्कि इस देह और दुनिया को ही भूलना है। यह बाप के डायरेक्शन मिलते हैं। ... हम आत्मा हैं - यह भी रावण भुला देते हैं। ड्रामा अनुसार तुम बच्चों को भूलना ही है।”

सा.बाबा 12.9.08 रिवा.

“देह होते भी अपने को आत्मा समझ बाप के साथ योग लगाना है।... जैसे तत्व ज्ञानी समझते हैं - हम ब्रह्म तत्व से योग लगाते-लगाते ब्रह्म में लीन हो जायेंगे।... लीन होने की बात ही नहीं है। अविनाशी आत्मा में सारा अविनाशी पार्ट भरा है, जो कभी विनाश नहीं हो सकता है।”

सा.बाबा 22.9.08 रिवा.

“भक्ति मार्ग के सतसंगों से यह ज्ञान मार्ग का सतसंग विचित्र है।... तुम जानते हो - यहाँ बेहद का बाप भी है, मम्मा भी है, छोटी मम्मा भी है।... भक्ति मार्ग और ज्ञान मार्ग में रात-दिन का फर्क है।... एक निराकार परमात्मा ही सत्गुरु है, जो सर्व की सद्गति करते हैं। बाकी तो सब गुरु हैं भक्ति मार्ग के।”

सा.बाबा 27.03.09 रिवा.

“सेकेण्ड-सेकेण्ड जो पास होता है, वह सारा ड्रामा बना हुआ है। तुम बच्चों को नशा रहना चाहिए कि हम बेहद के बाप से राजयोग सीखकर नर से नारायण विश्व का मालिक बनते हैं। बेहद का बाप हर 5-5 हजार वर्ष के बाद भारत में ही आते हैं।”

सा.बाबा 27.03.09 रिवा.

परमात्मा की याद और निर्सकल्प समाधि - निर्विकल्प समाधि

हठयोग के मूल शास्त्र पतंजलि योग में दो प्रकार की सिद्धियां बताई गई हैं। एक निर्सकल्प समाधि और दूसरी है निर्विकल्प समाधि। ये निर्सकल्प और निर्विकल्प शब्दों का राजयोग में भी प्रयोग होता है। आत्मा की चढ़ती कला की ये दो मूल स्थितियां हैं। हर जीवात्मा का अभीष्ट लक्ष्य है सुख-शान्ति, जिसके लिए निर्विकल्प स्थिति का अभ्यास आवश्यक है परन्तु निर्विकल्प स्थिति की सिद्धि के लिए निर्सकल्प स्थिति का सफल अभ्यास परमावश्यक है। वैसे तो दोनो एक-दूसरे की पूरक स्थितियाँ हैं। जैसे सतयुग में जाने के लिए पहले मूलवतन जाना आवश्यक है ऐसे ही निर्विकल्प स्थिति के लिए निर्सकल्प स्थिति अर्थात् बिन्दुरूप स्थिति का सफल अभ्यास आवश्यक है। निर्सकल्प अर्थात् बीजरूप स्थिति और निर्विकल्प अर्थात् शुद्ध संकल्पों में रमण, अंशमात्र भी अशुद्ध संकल्प या व्यर्थ संकल्प न चले। जब निर्सकल्प स्थिति से आत्मिक शक्ति का विकास होता है तब ही आत्मा अशुद्ध संकल्पों, व्यर्थ संकल्पों, साधारण संकल्पों से ऊपर उठकर श्रेष्ठ संकल्पों में अर्थात् निर्विकल्प स्थिति में रहने में समर्थ होती है। बाबा ने कहा है - यथार्थ योग की स्थिति में स्थित होने पर सुनना, देखना भी बन्द हो जाता है।

“कोई कुछ कहें तो सुना-अन-सुना कर देना चाहिए। ... तुमको तो कहा गया है - सारे दुनिया को भूल जाओ, अपने को आत्मा समझो। आत्मा कानों बिगर सुनेगी कैसे, अशरीरी हो जाओ। जैसे आत्मा रात को अशरीरी हो जाती है, सो जाते हैं तो कोई गला भी काट कर जाते हैं तो पता नहीं पड़ता है। ... जब तक अशरीरी नहीं बने हो तब तक कुछ न कुछ माया की चोट लगती ही रहेगी।”

सा.बाबा 13.1.69

विभिन्न प्रकार के योग और उनका राजयोग से सम्बन्ध

हठयोग मार्ग अर्थात् भक्ति मार्ग में ज्ञानयोग, कर्मयोग, भक्तियोग, सांख्य योग आदि-आदि विभिन्न नामों से योग को याद किया जाता है परन्तु यथार्थ में योग तो एक ही है लेकिन उस योग की ये सब भिन्न-भिन्न स्थितियां हैं, जिनको भिन्न नामों से जाना जाता है। परमात्मा ने संगमयुग पर जो राजयोग सिखाया, जिससे आत्मा पावन बनी और व्यक्ति रूप में आत्मा का और समग्र रूप में विश्व का कल्याण हुआ और विश्व में स्वर्ग की स्थापना हुई, उसकी यादगार में ही जब द्वापर से आत्मायें दुखी-अशान्त हुई तो भक्ति मार्ग का आरम्भ हुआ और उसमें अनेक प्रकार के विधि-विधानों से आत्मा कल्याण के लिए पुरुषार्थ किया गया, जिनको विभिन्न प्रकार के योगों की संज्ञा दी गई। यथा ज्ञानयोग, कर्मयोग, भक्तियोग,

सांख्ययोग आदि-आदि। शारीरिक स्वास्थ्य को ध्यान में रखकर कुछ शारीरिक क्रियाओं की प्रथा चली, जिसको हठयोग के रूप में जाना गया। परन्तु यथार्थ ज्ञान न होने से उनसे अभीष्ट लक्ष्य की प्राप्ति नहीं हुई अर्थात् आत्मा की चढ़ती कला नहीं हुई। आत्मा को मुक्ति-जीवनमुक्ति की प्राप्ति नहीं हुई। इसलिए ड्रामानुसार पुनः परमात्मा को आकर राजयोग सिखलाना पड़ा।

ज्ञानयोग

विश्व-नाटक की यथार्थता को समझकर आत्मा अपने आत्मिक स्वरूप का, परमात्मा के स्वरूप, गुण-धर्मों का, विश्व-नाटक के विधि-विधानों का चिन्तन करते हुए उनका स्वरूप बन जाती है अर्थात् अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जाती है और साक्षी होकर इस विश्व-नाटक को देखती है, पार्ट बजाती है, वह परमानन्द, परम-सुख का अनुभव करती है और उसके सारे आवश्यक कार्य समय और आवश्यकता अनुसार स्वतः सिद्ध होते हैं। यह बुद्धि का योग है अर्थात् बुद्धि से परमात्मा को याद करते हैं। भक्ति मार्ग में जिसको ज्ञान योग कहा जाता है, वह तत्त्व ज्ञान पर आधारित है, इसलिए उससे आत्मा पावन नहीं बनती है।

“ज्ञान तो बहुत ढेर चाहिए। बहुत रिफाइननेस आनी है। अभी तो कोई का योग बड़ा मुश्किल लगता है। योग के साथ नॉलेज भी चाहिए। ऐसे नहीं कि सिर्फ योग में रहना है। योग में नॉलेज जरूर चाहिए।”

सा.बाबा 25.10.04 रिवा.

“ये सब बातें तुम्हारी बुद्धि में चलनी चाहिए। ... तुम्हारी बुद्धि में ये सब बातें आनी चाहिए। तुम कितना ऊंच कार्य कर रहे हो। तुम सारे विश्व को पावन बना रहे हो। ... तुम बच्चों को सदैव ज्ञान का सुमिरन कर हर्षित रहना चाहिए।... बाप की याद के साथ नॉलेज भी चाहिए।”

सा.बाबा 12.11.04 रिवा.

“जब चाहें तब मुख से बोलें, जब चाहें तब मुख को बन्द कर दें। ... अगर इस बात का अभ्यास मजबूत होगा तो अपनी स्थिति भी मजबूत बना सकेंगे।”

अ.बापदादा 18.6.70

“व्यर्थ संकल्प व विकल्प जो चलते हैं तो एक ही शब्द बुद्धि में आता है कि यह क्यों हुआ। क्यों से व्यर्थ संकल्पों की क्यू शुरू हो जाती है। इस क्यू की समाप्ति के बाद ही सम्पूर्णता आयेगी, फिर वह (सेवा की) क्यू लगेगी। जब क्यों शब्द निकलेगा फिर ड्रामा की भावी पर एकरस स्थेरियम रहेंगे।”

अ.बापदादा 5.3.70

“जब अपने अन्दर आसुरी संस्कारों और आसुरी संकल्पों का पहरा मजबूत होगा तब ... फिर यह पाण्डव भवन एक जादू का घर बन जायेगा। कोई कैसी भी आत्मा आयेगी तो आते ही अपने आसुरी संस्कारों और व्यर्थ संकल्पों से मुक्त हो जायेगी।”

अ.बापदादा 5.3.70

“जैसे कि किसी का बुद्धि का योग है लेकिन उसका कर्मयोग नहीं है या फिर किसी का कर्मयोग है तो वह सहजयोगी नहीं या जो ज्ञान में सदा नहीं रहता तो उसको ज्ञानयोगी नहीं कहेंगे। यहाँ भी एक ही टाइटिल मिलेगा तो आप जो योग की महिमा औरों को सुनाते हो, तो वह स्वयं में धारण करो।”

अ.बापदादा 24.6.74

निष्काम कर्मयोग

परमात्मा ने अभी हमको कर्मों की गहन गति बताई है अर्थात् सुकर्म-अकर्म-विकर्म का ज्ञान दिया है। उस ज्ञान के अनुसार कर्म सिद्धान्त को समझकर स्वस्थिति में स्थित होकर जो आत्मा परमात्मा की मधुर याद में स्थित होकर कर्म करता है या करने का पुरुषार्थ करता है, उसका जीवन सदा सुखमय होता है। निष्काम कर्मयोग अर्थात् कर्म करते भी कर्म के फल की कामना न रखना। कर्म का अटल सिद्धान्त है कि हर आत्मा को अपने कर्म का फल अवश्य मिलता है तो फिर हम उसकी कामना क्यों रखें। कर्म करने के लिए हर आत्मा स्वतन्त्र है और फल प्रकृति और परमात्मा के हाथ में है अर्थात् प्रकृति से उसके कर्म का फल अवश्य मिलता है। ये अटल निश्चय रख परमात्मा की याद के साथ सदा श्रेष्ठ कर्मों में प्रवृत्त रहना ही निष्काम कर्मयोग मार्ग है।

“वह दे तब मैं दूँ, यह भिखारीपन के संस्कार हैं। दाता के बच्चे कभी लेने का हाथ नहीं फैलाते। बुद्धि से भी यह संकल्प करना कि यह करे तो मैं करूँ, यह स्नेह दे तो मैं दूँ, यह मान दे तो मैं दूँ। यह भी हाथ फैलाना है। यह भी रॉयल भिखारीपन है। इसमें निष्काम योगी बनो।”

अ.बापदादा 16.2.86

“जिस सूरत द्वारा बाप के गुणों और कर्तव्यों की रूपरेखा दिखाई दे, इसको कहा जाता है - फॉलो फादर। ... जो कर्म याद में रहकर करते हैं, वे कर्म यादगार बन जाते हैं।... क्या कर्मयोगी को कर्म आकर्षित करता है या योगी अपनी योगशक्ति से कर्मेन्द्रियों द्वारा कर्म कराता है।”

अ.बापदादा 30.6.73

“कर्मयोगी - कर्म के बिना तो एक सेकेण्ड भी रह नहीं सकते। कर्म-इन्द्रियों का आधार लेने का अर्थ ही है - निरन्तर कर्म करना। तो जैसे कर्म के बिना नहीं रह सकते, वैसे याद अर्थात्

योग के बिना भी एक सेकेण्ड रह नहीं सकते। ... बुद्धि को नेचुरल याद का अभ्यास होना चाहिए।”

अ.बापदादा 16.10.75

भक्तियोग

भक्तियोग में आत्मा आत्म-कल्याण की भावना से विभिन्न मूर्तियों के रूप में परमात्मा को मानकर, उनका गुणगान करना, भजन-कीर्तन करना, पूजन आदि करते हैं। वास्तव में ज्ञान मार्ग में भी परमात्मा के प्रति श्रद्धा-भावना रखने वाले का ही योग सिद्ध होता है परन्तु ज्ञान मार्ग में समझ से श्रद्धा-भावना होती है, जबकि भक्ति मार्ग में अन्ध-श्रद्धा से होती है। जिसकी भक्ति करते हैं, उसकी वायोग्राफी को नहीं जानते हैं, फिर भी भक्ति करते हैं, उसको याद करते हैं।

सांख्ययोग

भक्तिमार्ग में सांख्ययोग का भी वर्णन है, जिसके अनुसार आत्मायें कर्म का सन्यास करने का पुरुषार्थ करती हैं और कुछ विशिष्ट कर्मों का त्याग कर देह से न्यारे होने का अभ्यास करते हैं परन्तु सृष्टि के नियमानुसार कर्म के बिना तो आत्मा इस कर्मक्षेत्र पर रह नहीं सकती, इसलिए वह योग भी यथार्थ नहीं है और उसके द्वारा आत्मा अपने अभीष्ट लक्ष्य को नहीं पाती है। सांख्य योग हठयोग की ही एक पद्यति है, जिसको तत्त्वयोग भी कहा जाता है।

राजयोग मार्ग

परमात्मा ने जो राजयोग सिखाया है, उसके अंशमात्र की यादगार में उपर्युक्त सभी योग हैं। परमात्मा जो योग सिखाते हैं, उसमें आत्मा स्वयं को, परमात्मा को और सृष्टि-चक्र के आदि-मध्य-अन्त के राज को जानकर परमात्मा के प्रति अटूट श्रद्धा-भावना रखकर परिवार में रहते हुए परमात्मा की मधुर याद में रहना, उनकी श्रीमत का पालन करता है, उसको परमात्मा की मदद अवश्य मिलती है और उसका जीवन सदा सुखमय होता है। परमात्मा उसके सारे कार्य सिद्ध करता है अर्थात् उसके सारे कार्य स्वतः सिद्ध होते हैं। राजयोग अर्थात् विश्व-नाटक के विधि-विधानों को बुद्धि में रखकर अपने आत्मिक सवरूप में स्थित होकर परमात्मा की मधुर याद में रहकर साक्षी होकर इस विश्व-नाटक को देखना, पार्ट बजाना और ट्रस्टी होकर कर्म करना। राजयोग अर्थात् जिस योग से विश्व में राजशाही की स्थापना होती है। अभी वर्तमान जगत में किसी भी देश में यथार्थ रीति राजशाही नहीं है परन्तु परमात्मा राजयोग सिखलाकर फिर विश्व में राजशाही की स्थापना करते हैं।

“खुशी का दीपक सदैव जगा रहे, उसके लिए दो बातें ध्यान में रखनी हैं। एक ज्ञान-घृत और दूसरा योग की बत्ती। अगर ये दोनों बातें ठीक हैं तो खुशी का दीपक अविनाशी रहेगा, कभी बुझेगा नहीं।”

अ.बापदादा 23.1.70

“योगबल और ज्ञानबल दोनों इकट्ठा होता है। अभी ज्ञान बल से सर्विस हो रही है, योगबल गुप्त है। लेकिन जितना-जितना ज्ञानबल और योगबल दोनों समानता में लायेंगे, उतनी-उतनी सफलता होगी।”

अ.बापदादा 23.1.70

“कर्म के वश होकर चलने वाले ‘कर्मभोगी’। जो कर्मभोग के वश हो जाते हैं अर्थात् कर्म के भोग भोगने में अच्छे वा बुरे में कर्म के वशीभूत हो जाते हैं। ... यह राजाओं का राजा बनने का योग है। आप सभी राजयोगी हो या राजाई भविष्य में प्राप्त करनी है? अभी संगमयुग में भी राजा हो या सिर्फ भविष्य में बनने वाले हो? जो संगमयुग में राज्य पद नहीं पा सकते, वे भविष्य में क्या पा सकते हैं।”

अ.बापदादा 30.6.73

राजयोग और हठयोग, दोनों की समानतायें और असमानतायें

योग की चर्चा में राजयोग, हठयोग, राजऋषि, ब्रह्मऋषि, राजयोगी, हठयोगी आदि-आदि विभिन्न शब्दों का प्रयोग होता है परन्तु इन सब शब्दों का सार दो ही शब्दों में आ जाता है, वे शब्द हैं - राजयोग और हठयोग। ये सब शब्द इन दो शब्दों के ही पर्यायवाची हैं।

दोनों का लक्ष्य आत्म-कल्याण और विश्व-कल्याण का ही होता है परन्तु राजयोग से आत्मा और विश्व का कल्याण होता है, जब कि हठयोग का अभ्यास करते भी आत्मा का और विश्व का पतन ही होता है।

हठयोग में भी एकाग्रता और एकान्त का विशेष महत्व है, तो राजयोग की सफलता के लिए भी परमात्मा ने एकाग्रता और एकान्त का विशेष महत्व बताया है।

हठयोगी भी योग की सफलता के ब्रह्मचर्य का पालन करते हैं तो राजयोग में भी ब्रह्मचर्य का विशेष महत्व है परन्तु परमात्मा ने ब्रह्मचर्य विस्तृत परिभाषा बताई है।

हठयोग में भी यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि का महत्व है और राजयोग की सफलता के लिए भी इनका विशेष महत्व है परन्तु परमात्मा ने इनको इस तरह न बताकर उनका व्यवहारिक पक्ष का ज्ञान देकर जीवन में धारणा करा दी है। हठयोग के अभ्यास के लिए भी अमृतवेले और संध्याकाल का विशेष महत्व है तो राजयोग के लिए भी इस समय का विशेष महत्व है।

हठयोग में भी देह और देह की दुनिया को भूलने का अभ्यास करते हैं तो राजयोग

में भी देह और देह की दुनिया को भूलने का अभ्यास करते हैं परन्तु राजयोग में परमात्मा ने सारा ज्ञान दिया है कि देह और देह की दुनिया को क्यों भूलना है। हठयोग में ऐसा ज्ञान नहीं है, इसीलिए उसको हठयोग कहा जाता है।

“इसको कहा जाता है राजा बनने की पढ़ाई। राजयोग है ना। राजाई प्राप्त करने के लिए बाप से योग। और कोई मनुष्य यह राजयोग सिखला न सके। परमात्मा तुम आत्माओं को राजयोग सिखलाते हैं, फिर तुम औरों को सिखलाते हो।”

सा.बाबा 10.11.04 रिवा.

“अभी ऐसा अभ्यास करो कि बुद्धि को जहाँ लगाना चाहें, वहाँ स्थित हो जाये। संकल्प किया और स्थित हुआ। यह रुहानी ड्रिल सदैव बुद्धि द्वारा करते रहो। ... इसको कहा जाता है - संकल्प शक्ति को कन्ट्रोल करना। ... वे हठयोगी हठ से करते और आप अधिकार से करते हो।”

अ.बापदादा 16.10.75

“जैसे ‘मधुबन’ शब्द दो बातों को सिद्ध करता है - एक मधुरता को और दूसरा बेहद की वैराग्य वृत्ति को, ऐसे ही राज-ऋषि शब्द है जिसका अर्थ है - राज्य करने वाले। तो राजऋषि हैं - ‘बेगर टु प्रिन्स’। जितना ही अधिकार उतना ही सर्वत्याग। सर्वत्यागी अर्थात् समय के ऊपर, संकल्प के ऊपर, स्वभाव और संस्कार के ऊपर अधिकार प्राप्त करने वाले।”

अ.बापदादा 29.1.75

परमात्मा की याद और स्मृति-विस्मृति का खेल

इस जगत का सारा खेल ही स्मृति और विस्मृति का है अर्थात् आत्मा की बुद्धि में हर समय कोई न कोई स्मृति रहती ही है। आत्मा की बुद्धि से हर समय एक स्मृति जाती है अर्थात् विस्मृत होती है तो दूसरी स्मृति उसका स्थान अवश्य ले लेती है। यहाँ तक कि स्वप्नावस्था भी किन्ही स्मृतियों का ही परिणाम है अर्थात् सोते समय जो स्वप्न आदि आते हैं, वे भी किन्हीं संचित स्मृतियों के आधार पर ही आते हैं। परन्तु यहाँ स्मृति और विस्मृति का आशय उन स्मृतियों और विस्मृतियों से है, जो आत्मा उत्थान और पतन से सम्बन्धित हैं अर्थात् परमात्मा और उसके दिये गये ज्ञान-गुण-शक्तियों के विषय में हैं। परमात्मा के द्वारा दिलाई गई स्मृतियां आत्मा के सुख का आधार है और उनकी विस्मृति दुख का मूल कारण है। स्मृति अर्थात् अपने आत्मिक स्वरूप की स्मृति, परमात्मा पिता की स्मृति, अपने मूल घर परमधाम की स्मृति, भविष्य दैवी स्वरूप की स्मृति, परमात्मा के गुण-कर्तव्यों की स्मृति, विश्व-नाटक के ज्ञान, उसके विधि-विधान की स्मृति, कर्मों की गहन गति की स्मृति आदि आदि। ये सभी स्मृतियां आत्मा के कल्याण का आधार हैं। ज्ञान सागर परमात्मा ने अभी हमको इन सभी बातों

का ज्ञान दिया है और ये सभी स्मृतियाँ दिलाई हैं, जिनके ज्ञान और उनकी सदा स्मृति के आधार पर ही आत्मा की चढ़ती कला होती है। देखा जाये तो सतयुग के आदि में लक्ष्मी-नारायण और वहाँ की सर्व आत्मायें सर्वगुण सम्पन्न, 16 कला सम्पूर्ण होते हुए भी उनकी उतरती कला ही होती है क्योंकि यथार्थ ज्ञान की ये सब स्मृतियाँ विस्मृत हो जाती हैं। अभी संगमयुग पर परमात्मा से जब ज्ञान मिलता है तब आत्मा को वे स्मृतियाँ जाग्रत होती हैं, तब आत्मा की चढ़ती कला होती है और आत्मा जो कलाहीन हो गई है, वह 16 कला सम्पूर्ण बनती है। वैसे तो आत्मा को सतयुग में भी कोई न कोई स्मृतियाँ तो रहती ही हैं परन्तु वे इस भौतिक जगत और व्यक्तियों की ही होती हैं।

वास्तव में एक परमात्मा को छोड़कर और किसी व्यक्ति की महिमा नहीं है क्योंकि और किसी की स्मृति से आत्मा की चढ़ती कला नहीं होती है बल्कि गिरती कला ही होती है। इस विश्व-नाटक में किसी की ग्लानि या दोष भी नहीं है। कोई भी आत्मा किसके सुख-दुख का निमित्त भी ड्रामा और उसके अपने कर्मों अनुसार ही बनता है, कर्म भी ड्रामा अनुसार ही होता है। कोई भी किसके सुख-दुख का निमित्त बनता है तो जब तक उसकी स्मृति रहती है तब तक ही उसकी महिमा या ग्लानि करते हैं। स्मृति-विस्मृति के आधार पर आज जिसकी महिमा करते हैं, कल उसकी ही ग्लानि करने लग पड़ते हैं। वास्तविकता को देखा जाये तो ये सारा खेल ही स्मृति-विस्मृति का है, यहाँ आत्मा सदा ही किसी न किसी व्यक्ति, वस्तु की स्मृति में रहती ही है। बिना स्मृति के ये खेल चल ही नहीं सकता है।

“सारी सृष्टि में सबसे प्रिय वस्तु वही है तो उनकी याद भी स्वतः ही रहनी चाहिए। फिर उनकी याद भूलते क्यों हो? जरूर और कुछ याद आता होगा। कोई भी बात बिना कारण के नहीं होती। विस्मृति का भी कारण है।”

अ.बापदादा 24.1.70

“जब अविनाशी आत्मिक स्थिति में रहेंगे तब ही अविनाशी सुख की प्राप्ति होगी। आत्मा अविनाशी है ना। अव्यक्त आनन्द, अव्यक्त शक्ति ... सदैव वरदाता की याद में रहने से यह वरदान अविनाशी रहेगा।... सारी सृष्टि में सबसे प्रिय वस्तु वही है तो उनकी याद भी स्वतः ही रहनी चाहिए।”

अ.बापदादा 24.1.70

“हमारा हर कर्म सुखदायी हो, यह है ब्राह्मण कुल की रीति।... अगर याद भूल जाते हैं तो बुद्धि कहाँ रहती है? एक तरफ से भूलते हैं तो दूसरे तरफ लगेगी ना। अपने को चेक करो कि अव्यक्त स्थिति से नीचे आते हैं तो किस व्यक्त तरफ बुद्धि जाती है। जरूर कुछ रहा है तब बुद्धि वहाँ जाती है।”

अ.बापदादा 25.1.70

“स्मृति को छोड़ेंगे ही नहीं तो विस्मृति कहाँ से आयेगी। सूर्यास्त हो जाता है तब अंधियारा हो

जाता है। सूर्यास्त ही न हो तो अंधियारा कैसे आये। वैसे ही अगर स्मृति का सूर्य सदा कायम रखेंगे तो विस्मृति का अंधियारा आ नहीं सकता।”

अ.बापदादा 20.10.69

“सिर्फ भाग्यशाली बनने से भी मायाजीत नहीं बन सकेंगे। भाग्यशाली के साथ-साथ शक्तिशाली भी बनना है। ... सदाकाल शक्तिशाली स्थिति में, स्मृति में स्थित नहीं होते तब हार होती है। जहाँ स्मृति है, वहाँ विस्मृति का आना असम्भव है।”

अ.बापदादा 21.6.72

“बलिहार जाने वाले की हार नहीं होती है। स्मृति समर्थी को लाती है और समर्थी में आने से ही कार्य सफल होते हैं। अथवा जो सुनाया - खुशी, मस्ती, नशा वा निशाना सभी हो जाता है।”

अ.बापदादा 27.2.72

“कल्प पहले भी पास किया था ... यह नहीं समझते कि अगर अनेक बार यह अनुभव नहीं किया होता तो आज इतने समीप कैसे आये। ... यह स्मृति स्पष्ट और सरल रूप में रहे, खँचना न पड़े। ... जरूर कोई माया की खिंचावट अभी है, इसलिए बुद्धि में कल्प पहले वाली स्मृति स्पष्ट और सरल रूप में नहीं आती है।”

अ.बापदादा 3.10.71

“त्रिमूर्ति के इस एक ही चित्र की स्मृति में सारे ज्ञान का सार समाया हुआ है। रचयिता और रचना के ज्ञान से यह प्राप्ति होती है। ... मूँझो नहीं। बाप की याद वा बाप के कर्म द्वारा बाप की याद वा बाप के गुणों द्वारा बाप की याद है तो भी वह याद ही हुई ना। ... याद के कोर्स को मुश्किल करते-करते फोर्स नहीं आता है, कोर्स में ही रह जाते हो।”

अ.बापदादा 4.7.71

“इस विश्व-नाटक में हम पार्टधारी हैं, अभी हमने 84 का चक्र पूरा किया है - यह तुम बच्चों की स्मृति में आना चाहिए। ... भारत कितना सालवेन्ट था, भारत की ही सारी कहानी है, साथ-साथ अपनी भी - यह सारी स्मृति आई है। ... सारा दिन यह स्मृति में लाना पड़े।”

सा.बाबा 24.5.05 रिवा.

“जो समझते हैं कि हमारे सतयुगी संस्कार ऐसे ही मुझे स्पष्ट स्मृति में आते हैं जैसे इस जीवन के बचपन के संस्कार स्पष्ट स्मृति में आते हैं, वह हाथ उठाओ। यह स्पष्ट स्मृति में आना चाहिए। साकार रूप में स्पष्ट स्मृति में थे ना। यह स्मृति तब होगी जब अपने आत्मिक स्वरूप की स्मृति स्पष्ट और सदा काल रहेगी।”

अ.बापदादा 11.3.71

“अभी आत्मिक स्थिति की स्मृति कब-कब देह के पर्दे के अन्दर छिप जाती है। इसलिए यह स्मृति भी पर्दे के अन्दर दिखाई देती है। स्पष्ट नहीं दिखाई देती है। आत्मिक स्मृति स्पष्ट और बहुत समय रहने से अपना भविष्य वर्सा अथवा अपने भविष्य के संस्कार स्वरूप में सामने

आयेंगे।”

अ.बापदादा 11.3.71

“जैसे अपना साकार स्वरूप, सदा और स्वतः याद रहता है, उसका अभ्यास नहीं करते हो बल्कि और हीउसको भुलाने का अभ्यास करते हो। ऐसे ही अपना निजी-स्वरूप व वरदानी-स्वरूप, सदा ही स्मृति में रहना चाहिए। अपवित्रता का और विस्मृति का नामोनिशान न रहे, इसको कहा जाता है - वरदानों का कोर्स करना। क्या ऐसा कोर्स किया है?”

अ.बापदादा 27.12.74

“आप सब अपने मस्तक की रेखाओं को जान और देख सकते हो, परन्तु कैसे? बापदादा के दिल-तख्तनशीन बनकर, स्मृति के तिलकधारी बनकर, नॉलेजफुल और पॉवरफुल स्टेज पर स्थित होकर देखेंगे तो स्पष्ट जान सकेंगे। अपनी पोज़ीशन को छोड़कर, माया की ऑपोज़ीशन की स्थिति में व स्टेज पर स्थित होकर अपने को व अन्य आत्माओं को जब देखते हो, तब स्पष्ट दिखाई नहीं देता।”

अ.बापदादा 26.6.74

“समस्या की सीट को सम्भालने नहीं लग जाओ। लेकिन सीट पर बैठकर समस्या का सामना करना है। अब तो समस्या सीट की याद दिलाती है। ... इससे सिद्ध होता है कि दुश्मन ही शस्त्र की स्मृति दिलाते हैं लेकिन स्वतः और सदा स्मृति नहीं रहती। ... दुश्मन आये ही नहीं, समस्या सामना न कर सके। शूली से कांटा बनना - यह भी फाइनल स्टेज नहीं है।”

अ.बापदादा 15.4.74

“जैसे अपना साकार स्वरूप सदा स्मृति में रहता है, क्या वैसे ही अपना निराकारी स्वरूप सदा और सहज स्मृति में रहता है? यह भी अपना निजी और अविनाशी स्वरूप है, यह भी सहज स्मृति में रहना चाहिए अब इसी स्मृति-स्वरूप के अभ्यास की गुह्यता में जाना चाहिए।”

अ.बापदादा 25.1.74

“सुहाग की निशानी तिलक गाया हुआ है। जो सदा बाप के साथ हैं, यह सदा विजय का तिलक अपने माथे पर लगा रहे। ... सदा यह स्मृति रहे कि मैं कल्प-कल्प की विजयी हूँ, अभी की नहीं।”

अ.बापदादा 1.10.75

“कब स्मृति और कब विस्मृति का संस्कार रहा तो अन्त समय भी विस्मृति हो सकती है। जो बहुत समय के संस्कार होते हैं, वैसी ही अन्त समय स्थिति रहती है।... इसलिए अभी से सदैव स्मृति के संस्कार भरो। अन्त में यही विजयी बनने में मददगार बनेंगे।”

अ.बापदादा 25.1.70

स्मृति से समर्थों का सम्बन्ध

स्मृति श्रेष्ठ होती है तो उस अनुसार आत्मा में शक्ति भी अवश्य आ जाती है। बाबा

ने हमको श्रेष्ठ स्मृतियां दिलाकर श्रेष्ठ कर्म करने, श्रेष्ठ जीवन बनाने की शक्ति प्रदान की और उस स्मृति ने असम्भव लगने वाले कार्य को भी सम्भव करके दिखाया। इसका रामायण में भी बड़ा अच्छा उदाहरण है कि जब हनुमान को उनके किये हुए बड़े-बड़े कार्यों की स्मृति दिलाते थे तो उनको शक्ति आ जाती थी और वे असम्भव लगने वाले कार्य को सम्भव कर दिखाते थे। बाबा ने कहा है - ये हनुमान का गायन भी तुम्हारा ही है।

“निश्चय-बुद्धि की पहली निशानी है - विजयी। कहावत भी है - ‘निश्चय बुद्धि विजयन्ति’। विजय मिलेगी कैसे? निश्चय से। तो निरन्तर इस निश्चय की स्मृति रहे कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ - यह स्मृति रहती है? स्मृति के बिना समर्थी थोड़ेही आयेगी? विजयी होने का आधार है - स्मृति। अगर स्मृति कमज़ोर होगी, निरन्तर नहीं होगी और स्मृति पॉवरफुल नहीं होगी तो विजयी कैसे होंगे? ... कोई सोचे कि मार्ग तय करने से पहले मंज़िल पर पहुँच जायें - यह हो सकता है? मार्ग तो जरूर तय करना ही पड़ेगा। तो विजय है मंज़िल और मार्ग है निरन्तर स्मृति।”

अ.बापदादा 9.2.75

“इस बाप ने सबकुछ बाप को दे दिया। बोला बाबा यह सब कुछ लो, फिर बाप कहते हैं तुमको सारे विश्व की बादशाही देता हूँ। ... सब कुछ एक बाप को दे दिया तो जरूर एक बाप ही याद आयेगा। ... तुम बच्चे जास्ती याद कर सकते हो।... इनको तो कितना संकल्प चलाना पड़ता है। भल समझते हैं कि ड्रामा में यह सब है, हम कर ही क्या सकते हैं। कल्प पहले भी अबलाओं पर अत्याचार हुए थे। नई दुनिया तो स्थापन होनी ही है।”

सा.बाबा 28.03.09 रिवा.

“बाप ने ‘नर्थिंग न्यू’ का पाठ भी पढ़ाया हुआ है। इसलिए वर्तमान समय के प्रमाण किसी समस्या में घबराने में समय नहीं गंवाना है। ... कितनी भी बड़ी समस्या हो लेकिन ‘नर्थिंग न्यू’ की स्मृति से समर्थ बन जायेंगे।”

अ.बापदादा 18.1.88

“यह पहला पाठ नेचुरल रूप में स्मृति स्वरूप में रहे। देह को देखते भी आत्मा को देखें। ... इस पहली स्मृति की मर्यादा स्वयं को सदा निर्विघ्न बनाती है और औरों को भी इस श्रेष्ठ स्मृति के समर्थपन के वायब्रेशन फैलाने के निमित्त बन जाते हैं, जिससे और भी निर्विघ्न बन जाते हैं।”

अ.बापदादा 18.1.88

परमात्मा की याद की सफलता में मौन का महत्व

योग की सफलता में मौन का विशेष महत्व है। मौन के अभ्यास या धारणा से आत्मा की जो शक्ति मन और वाचा के के द्वारा हासिल होती है, वह बचती है और वह बची हुई

शक्ति आत्मा को अनेक रचनात्मक कार्यों में काम आती है। मौन की धारणा से योग की स्थिति दृढ़ होती है, आत्मा में दिव्य शक्तियों संचार होता है, जिससे दिव्य गुणों की धारणा होती है, जिससे परमात्मा की और ज्ञान की बातों की सहज याद रहती है। सृष्टि के नियमानुसार जब व्यर्थ यादों से आत्मा मुक्त होगी तो अच्छी यादें स्वतः और सहज ही आयेंगी। मौन की धारणा से आत्मा अन्तर्मुख होकर आत्मिक स्वरूप का, परमात्मा के स्वरूप, गुणों, शक्तियों का, ज्ञान का चिन्तन कर उनकी धारणा कर सकता है।

मौन के अभ्यास से आत्मा को शारीरिक स्वास्थ्य का भी लाभ होता है क्योंकि शान्त चित्त आत्मा में अनेक ऐसी दैहिक क्रियायें होती हैं, जो दैहिक स्वास्थ्य में सहयोगी होती हैं। इसलिए बाबा यज्ञ की स्थापना से ही समय-समय पर मौन-भट्टी आदि के प्रोग्राम रखने की प्रेरणा देते आये हैं, मौन साधना को महत्व दिया है। भक्ति मार्ग में भी मौन का महत्व है, इसलिए अनेक हठयोग और भक्त तो जीवन पर्यन्त के लिए वाचा का मौन रख लेते हैं और समय-समय पर थोड़े समय के लिए मौन रखते हैं। अनेक बीमारियों के समय चिकित्सा पद्धति में भी वाचा और मन के संकल्पों को कम करने के लिए कहते हैं।

Q. एक सोते हुए व्यक्ति के मौन और जागृत व्यक्ति के मौन में क्या अन्तर है और दोनों में कौनसा मौन श्रेष्ठ है ?

जागृत व्यक्ति ही पाप-पुण्य का निर्णय करके पुण्य कर्म करके अपने भविष्य के लिए पुण्य का खाता संचित कर सकता है। सोता हुआ व्यक्ति जागते हुए व्यक्ति की अपेक्षाकृत पाप और पुण्य दोनों से मुक्त तो होता है, परन्तु वह पुण्य कर्म करने में समर्थ नहीं होता है। सोते हुये व्यक्ति की स्वप्नावस्था का भी उसके स्वप्नानुसार उसके पाप-पुण्य का उसके जीवन पर प्रभाव तो पड़ता है परन्तु जागते हुए व्यक्ति के समान सीधा नहीं। जागृत व्यक्ति ही मौन धारण कर गहन योग-साधना कर सकता है, सोता हुआ नहीं। जागृतावस्था की यादों का प्रभाव उसके सोने की स्थिति पर भी पड़ता है।

इन्द्रिय सुखों और अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति भी जाग्रत व्यक्ति ही कर सकता है। भावना और लक्ष्य से भक्ति मार्ग में रखे मौन में भी आत्मा को अतीन्द्रिय सुख अनुभूति होती है और जब यथार्थ ज्ञान के साथ मौन का अभ्यास हो तो सोने में सुहागा ही हो जायेगा अर्थात् विशेष आत्मिक सुख की अनुभूति होगी, आत्मा का परमात्मा के साथ योग होगा और उससे आत्मिक शक्ति का विकास होगा। आत्मा की मूल शक्ति संकल्प शक्ति है और शक्ति के हास के विषय में सामान्य विचारधारा है कि कर्म से भी अधिक वाचा से आत्मिक शक्ति का हास होता है और वाचा से मानसिक चिन्तन से शक्ति का हास होता है। इसलिए जागृतावस्था

का मौन ही यथार्थ मौन है, जो आध्यात्मिक उन्नति के लिए अर्थात् परमात्मा और ज्ञान के गुह्य रहस्यों की स्मृति के आवश्यक है।

“यह है याद की यात्रा। ... ऐसे नहीं कि रात को तुम रेस्ट लेते हो तो याद की यात्रा पर हो। नहीं, वह रेस्ट है। जब जागते हो तब याद की यात्रा पर हो। नींद में कोई विकर्म विनाश नहीं होंगे। बाकी हँ दूसरे विकर्म नहीं होते हैं।”

सा.बाबा 8.10.08 रिवा.

परमात्मा की याद और माया

बाबा ने कहा है और अनुभव भी ऐसा ही कहता है कि परमात्मा की याद में ही माया अधिक विघ्न डालती है, ज्ञान में इतना नहीं। माया किसको कहा जाता है और माया की प्रवेशता आत्मा में कैसे होती है, उसका ज्ञान भी परमात्मा ने दिया है और माया-जीत बनने का रास्ता भी दिखाया है। दुनिया में तो माया धन-सम्पत्ति को समझते हैं परन्तु बाबा ने बताया है कि धन-सम्पत्ति तो सुख भोगने का साधन है परन्तु माया देहाभिमान और देहाभिमान जनित 5 विकारों को कहा जाता है, जिसके कारण आत्मा को भौतिक जगत के व्यक्तियों और वस्तुओं की याद आती है, जो परमात्मा की याद को भुला देती है, उनकी याद में मन-बुद्धि को स्थिर होने नहीं देती है।

पुरुषार्थी जीवन में ये आलस्य, अलबेलापन भी माया के ही रूप हैं, जो आत्मा को परमात्मा से विमुख करके श्रेष्ठ पद से वंचित कर देते हैं। आधे कल्प से आत्मा इनके वशीभूत रहती है और दुख पाती है, फिर जब संगमयुग पर परमात्मा आते हैं तो जो आत्मायें परमात्मा के बनते हैं, तब माया उनका बनने में विरोध करती है अर्थात् ये मायावी संस्कार-स्वभाव दैवी स्वभाव-संस्कार धारण करने में बाधक बनते हैं, परमात्मा से योग लगाने नहीं देते हैं और फिर आत्मा की उनसे युद्ध चलती है। इस युद्ध में कैसे विजयी बनें, उसके लिए भी बाबा रास्ता बताया है। जिनका योग ही परमात्मा से टूटा हुआ होता है, वे उन साधनों को भी नहीं अपना पाते हैं।

भगवानोवाच्य - दिलाराम के दिल में आप समाये हुए रहेंगे और आपके दिल में दिलाराम समाया हुआ है तो किसी भी रूप की माया चाहे सूक्ष्म, चाहे रॉयल रूप में, चाहे मोटे रूप में आ नहीं सकती। स्वप्न और संकल्प मात्र भी माया का वार नहीं हो सकता।

द्वार से माया की प्रवेशता आत्मा में कैसे होती है और अभी परमात्मा का बनने के बाद माया की आत्मा में कैसे प्रवेशता हो जाती है, यह भी एक गुह्य पहली है। जिसमें प्रवेश

करती है, उसको समझ में भी नहीं आता कि हमारे में माया प्रवेश कर रही है। माया प्रवेश करके जब परमात्मा से योग तोड़ देती है और ईश्वरीय प्राप्तियों अर्थात् ईश्वरीय सुखों से वंचित कर देती है है, तब आत्मा महसूस करती है कि माया प्रवेश हो गयी परन्तु उस समय इतनी देर हो जाती है कि उससे छूटना असम्भव नहीं तो अति कठिन अवश्य होता है। इसे भी एक ड्रामा ही कहेंगे क्योंकि आत्मा ना चाहते भी माया के वशीभूत हो जाती है।

“जब कोई में माया प्रवेश करती है तो पहला रूप आलस्य का धारण करती है। ... ज्ञानी तू वत्सों में छटे विकार सुस्ती के रूप से माया शुरू करती है।”

अ.बापदादा 25.6.70

“याद की अग्नि जली हुई होगी तो माया आ नहीं सकेगी। यह लगन की अग्नि बुझनी नहीं चाहिए। बाप को साथ रखने से शक्ति आपेही आ जायेगी। फिर विजय ही विजय है।”

अ.बापदादा 24.1.70

“‘बाप और बच्चे’, तीसरा कोई सम्बन्ध नहीं। सर्व सम्बन्ध एक से जोड़ना है। एक से दूसरा शिवबाबा - इस स्थिति को ही ऊंच स्थिति कहा जाता है। ... ऐसी स्थिति रहने से ही मायाजीत बनेंगे। जो मायाजीत बनते हैं, वे ही जगतजीत बनते हैं।”

अ.बापदादा 24.1.70

“सर्व सम्बन्ध किससे हैं? एक से। तो एक से दो भी बनना है तो बाप और बच्चे, तीसरा कोई सम्बन्ध नहीं। ... ऐसी स्थिति में रहने से मायाजीत बनते हैं। ... यह शुद्ध स्नेह सारे कल्प में एक ही बारमिलता है। ऐसे स्नेह को हम ही पाते हैं। जो और कोई को प्राप्त नहीं हो सकता, वह हमको प्राप्त हुआ है - इसी नशे और निश्चय में रहना है।”

अ.बापदादा 24.1.70

“सारा मदार है याद की यात्रा पर। याद की यात्रा में ही माया की युद्ध चलती है। तुम युद्ध को भी समझते हो। यह यात्रा नहीं परन्तु जैसे कि लड़ाई है, इसमें ही बहुत खबरदार रहना है। नॉलेज में माया के तूफान आदि की बात नहीं।”

सा.बाबा 1.12.04 रिवा.

“बाप यह भी बताते हैं कि माया विघ्न जरूर डालेगी क्योंकि उसकी ग्राहकी चली जायेगी। ... बाप को याद करें तो चेहरा ही चमकता रहे।... माया फथकायेगी भी बहुत। माया कोशिश करेगी, तुम्हारी याद को भुलाने की। तुम सदैव ऐसे हर्षित रह नहीं सकेंगे।”

सा.बाबा 20.11.04 रिवा.

“सदैव बड़े से बड़े बाप की बड़ाई करते रहो। इसमें सारी पढ़ाई भी आ जाती है। ... माया

के आकर्षण से बचने के लिए एक तो सदैव अपनी शान में रहो, दूसरा माया को खेल समझ सदैव खेल में हर्षित रहो। सिर्फ ये दो बातें याद रहें तो हर कर्म यादगार बन जाये। जैसे साकार में अनुभव किया।”

अ.बापदादा 6.5.71

“जो सारा दिन अलबेले और आलस्य के वश होते हैं और उनका अटेन्शन कम होता है। ऐसी अलबेली आत्माओं को माया भी विशेष वरदान के समय बाप की आज्ञा पर न चलने का बदला लेती हैं और ऐसी आत्माओं का दृश्य बहुत आश्चर्यजनक दिखाई देता है।”

अ.बापदादा 8.7.74

“ऐसे ही भिन्न-भिन्न समय पर भिन्न-भिन्न सम्बन्ध से भिन्न-भिन्न अपने स्वरूप की स्मृति को इमर्ज कर अनुभव करो तो सदा साथ का अनुभव करेंगे।... सर्व सम्बन्ध निभाने में इतने बिजी रहेंगे जो माया को आने की भी फुर्सत नहीं मिलेगी।”

अ.बापदादा 14.10.87

“माया का धर्म है तुम्हारे योग को तोड़ना। ... माया के तूफान बहुत आते हैं, यह भी ड्रामा में नूँध है। सबसे आगे तो यह है, तो इनको सब अनुभव होते हैं। मेरे पास आये तब तो सबको समझाऊं।... माया के तूफान न आये, योग लगा ही रहे तो कर्मातीत अवस्था हो जाये।”

सा.बाबा 9.6.05 रिवा.

“माया से डरती तो नहीं हो? जो डरता है, वह हार खाता है। जो निर्भय होता है, उससे माया खुद भयभीत होती है। ... माया के परवश होना भी अपनी कमजोरी है। अपनी किसी कमजोरी के कारण ही परवश होता है।”

अ.बापदादा 24.10.75

“चारो ही सेवाओं (स्व-सेवा, विश्व-सेवा, यज्ञ-सेवा और मन्सा-सेवा) में से हर समय कोई न कोई सेवा करते रहो तो सहज ही निरन्तर सेवाधारी बन जायेंगे।... सेवा में बिजी रहने के कारण सहज मायाजीत बन जायेंगे।”

अ.बापदादा 6.11.87

“रुस्तम से माया भी रुस्तम होकर लड़ेगी। जोर से तूफान आयेंगे परन्तु तुमको डरना नहीं है।... कब माया की भी जीत होगी। सिर्फ बच्चों की ही जीत हो फिर तो झट राजधानी स्थापन हो जाये। उस्ताद को भूल जाते हैं तो माया थप्पड़ मारती है।”

सा.बाबा 8.10.08 रिवा.

“इसमें कुछ भी खर्चा नहीं है। कुछ भी खर्चा आदि करते हैं सो तो अपने लिए ही करते हैं। इसमें पाई का भी खर्चा नहीं है।... तुम्हारी लड़ाई है गुप्त, योगबल की।... बच्चों को खुशी का पारा चढ़ा रहना चाहिए परन्तु युद्ध का मैदान है, माया ठहरने नहीं देती है।”

सा.बाबा 24.9.04 रिवा.

“रुस्तम से माया भी रुस्तम होकर लड़ती है। बाबा अपना अनुभव भी बतलाते हैं। मैं रुस्तम हूँ, जानता हूँ मैं बेगर टू प्रिन्स बनने वाला हूँ तो भी माया सामना करती है। माया किसको छोड़ती नहीं है। पहलवानों से तो और ही लड़ती है।”

सा.बाबा 27.10.04 रिवा.

“बाबा कहते - बच्चे, यह युद्ध का मैदान है, इसमें होपलेस नहीं होना चाहिए। याद के बल से ही माया पर जीत पानी है। ...जो करेगा सो पायेगा।”

सा.बाबा 9.7.05 रिवा.

“देह अहंकार बहुत आ जाता है, माया भी रुस्तम से रुस्तम होकर लड़ती है। पहलवान जरूर पहलवान से ही लड़ेंगे। इसलिए बड़ा खबरदार रहना है। गम्भीर हो रहना है। माया तैयार हो बैठी रहती है - देखें कौन योग में ढीले हैं झट उनको वार करेगी।”

सा.बाबा 18.11.69 रिवा.

Q. परमात्मा का बनने के बाद माया से युद्ध आरम्भ होती है, पहले क्यों नहीं होती है ?
जो आत्मायें परमात्मा की बनती हैं, उनको योगानन्द का अनुभव होता है और विषयानन्द के अनुभव के संस्कार उनमें पहले से ही होते हैं, इसलिए उनको योगानन्द का अनुभव अपनी तरफ खींचता है और पूर्व के संचित विषयानन्द का अनुभव भी अपनी तरफ खींचता है, अब आत्मा किधर जाये, इसके लिए अन्तर्मन में युद्ध चलती है। अन्त में विजय तो योगानन्द की ही होती है। जो आत्मायें परमात्मा का बनकर छोड़कर भी चली जाती हैं, उनमें भी यह युद्ध चलती रहती है।

“सदैव शिवबाबा के साथ हूँ, उससे अलग होंगे ही नहीं तो फिर कोई क्या करेंगे। जो बाप के साथ बिजी रहता है, उसको तीसरा कोई डिस्टर्व नहीं कर सकता है।”

अ.बापदादा 24.1.70

परमात्मा की छत्रछाया माया से बचने का सबसे श्रेष्ठ साधन है। इसलिए बाबा सदैव श्रीमत देते कि सदा अपने को बाबा की छत्रछाया में अनुभव करो। जहाँ परमात्मा की छत्रछाया है, वहाँ माया की छाया पड़ नहीं सकती, माया आ नहीं सकती।

वास्तव में परमात्मा तो सबका पिता है और ब्रह्मा बाबा भी सृष्टि का आदि पिता है अर्थात् सर्व मनुष्य मात्र का पिता है। दोनों का स्नेह सर्व आत्माओं से सदा है और दोनों की छत्रछाया सदा ही आत्माओं के ऊपर है परन्तु विश्व-नाटक के विधि-विधान के अनुसार जो उनकी छत्रछाया को अपने ऊपर अनुभव करते हैं, उनके लिए ही वह छत्रछाया, छत्रछाया का काम करती है।

“माया से बचने का साधन है बाप की छत्रछाया। ... खुशी गुम हुई, कमजोर हुए तो माया की छाया का प्रभाव पड़ ही जाता है। आत्मिक कमजोरी माया का आवाह्न करती है, जैसे शारीरिक कमजोरी बीमारियों का आवाह्न करती है।”

अ.बापदादा 25.1.94 पार्टी 1

“माया की छाया से निकल अपने मन-बुद्धि को बाप की छत्रछाया में लाओ ... इसके लिए विशेष साधन है बहुत सहज, जो पहले भी सुनाया - प्वाइन्ट ... (प्वाइन्ट लगाकर, प्वाइन्ट बनकर, प्वाइन्ट बाप को याद करना और ज्ञान की प्वाइन्ट्स को चिन्तन करना)”

अ.बापदादा 10.1.94

“अभी तुम समझते हो - माया से युद्ध कैसे चलती है। ... तुम ही जानते हो अभी हमको माया से युद्ध करनी है। बाप कहते हैं - तुम्हारा सबसे बड़ा दुश्मन है ही काम विकार। योगबल से इस पर विजय पाते हो।”

सा.बाबा 25.11.04 रिवा.

“विघ्न-विनाशक टाइटिल है तो विघ्न आयेंगे तब तो विनाश करेंगे। अगर कोई विजयी कहे कि दुश्मन आये ही नहीं लेकिन मैं विजयी हूँ तो कोई मानेगा ? नहीं, विघ्न तो आयेंगे चाहे प्रकृति के, चाहे आत्माओं के, चाहे अनेक प्रकार की परिस्थितियों के लेकिन आप ऐसे पॉवरफुल डायमण्ड हो, जो आप पर कोई दाग़ रूपी प्रभाव न पड़े।”

अ.बापदादा 31.12.95

योगानन्द (परमानन्द) और विषयानन्द (निकृष्ट-आनन्द)

आत्मिक स्वरूप परमानन्दमय है। आत्मिक स्वरूप में स्थिति अर्थात् देह में हो परन्तु देह और देह की दुनिया का आभास न हो अर्थात् जहाँ चेतन हो परन्तु चेतना न हो अर्थात् बीज हो परन्तु झाड़ न हो, ऐसी आत्मिक स्वरूप में स्थित आत्मा के लिए ये स्थूल वतन भी मूल वतन के समान ही शान्तिमय हो जाता है, इसलिए वह स्थिति परमानन्दमय अनुभव होती है।

योगानन्द और विषयानन्द दोनों शब्दों को देखें तो देखते हैं कि दोनों को ही आनन्द से सम्बोधित किया गया है परन्तु दोनों के भाव-अर्थ को देखेंगे तो दोनों में रात और दिन का अन्तर है। योगानन्द है आत्मा की चढ़ती कला का आधार और विषयानन्द है आत्मा की उतरती कला और दुख-अशान्ति का मूल कारण। स्वर्ग को नर्क में परिवर्तन करने वाला विषयानन्द ही है अर्थात् विषयानन्द के कारण ही द्वापर से इस सृष्टि को नर्क कहा जाता है। नर्क को स्वर्ग में परिवर्तन करने का आधार योगानन्द है और स्वर्ग को नर्क में परिवर्तित करने का वाला है विषयानन्द। योगानन्द का मूल परमात्मा और परमात्मा के द्वारा दिया हुआ ज्ञान है अर्थात् अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित आत्मा की परमात्मा और ज्ञान की याद, उनकी स्मृति

में स्थिति। विषयानन्द का आधार है देह, देहाभिमान और देहाभिमान से जनित विषय-वस्तुओं की याद।

दोनों के शुभाशुभ परिणाम अर्थात् Cause and Effect को जानने वाला ही अपनी मन-बुद्धि को विषयानन्द से हटाकर एक परमात्मा के साथ योगयुक्त होकर योगानन्द का यथार्थ अनुभव कर सकता है।

इस विश्व-नाटक के सफल मन्चन में योगानन्द और विषयानन्द दोनों का ही अपना-अपना महत्व है और समय और पार्ट के अनुसार दोनों अपना प्रभाव आत्मा पर रखते हैं।

Q. जब दोनों को आनन्द से सम्बोधित किया गया है तो दोनों में में कुछ समानतायें भी होंगी तो कुछ असमानतायें भी अवश्य होंगी, तो वे समानतायें और असमानतायें क्या हैं? विषयानन्द से बुद्धियोग हटाकर परमात्मा पिता की मधुर याद में परमानन्द का अनुभव करने के लिए दोनों में क्या-क्या समानतायें हैं और क्या-क्या विषमतायें हैं, उनको जानना भी आवश्यक है। दोनों के विषय में विचार करें तो हम देखते हैं कि दोनों की चरम सीमा अर्थात् अनुभूति निर्सकल्प स्थिति में ही होती है अर्थात् जब आत्मा उनकी विषय-वस्तु में लीन अर्थात् एकाग्र हो जाती है, तब ही उसकी अनुभूति होती है। एक में विदेही आत्मा का योग विदेही परमात्मा से होता है और दूसरे में अपने स्व-स्वरूप को भूली हुई आत्मा का बुद्धियोग किसी दैहिक व्यक्ति से होता है। दोनों प्रकार के आनन्द का अनुभव करने वाली सत्ता आत्मा ही है अर्थात् एक में आत्मा को अपने अस्तित्व का ज्ञान होता है, आत्मिक स्थिति में स्थित होती है, जिससे उसका आकर्षण परमात्मा की ओर होता है और दूसरे में आत्मा को अपने अस्तित्व की विस्मृति होने के कारण देहाभिमान में दैहिक सुख की आकर्षण प्रबल होती है और देह का देह से सम्बन्ध होता है। एक का परिणाम सुखमय होता है तो दूसरे के द्वारा अल्पकाल का सुख अनुभव करते भी उसका परिणाम निश्चित ही दुखमय होता है अर्थात् दुखदायी होता है। इसलिए ज्ञान सागर परमात्मा ने विषय-भोग को हिंसा कहा है।

विषयानन्द में विषय-वासना के वशीभूत विषय-भोग में प्रवृत्त व्यक्ति देह और देह की दुनिया को भूल जाता और विषय-भोग में एकाग्र हो जाता। वह एकाग्रता का क्षण ही विषयानन्द का होता है। उसमें आत्मा अन्य संकल्पों से निर्सकल्प एक ही संकल्प में स्थिति होता है परन्तु वह स्थिति क्षणिक होती है। इसलिए विषयानन्द को क्षणिक आनन्द कहा जाता है। उसके परिणाम में दुख अवश्य होता है अर्थात् उस अनुभव के बाद आत्मा को आत्म-ग्लानि अवश्य होती है। विषयानन्द की वह स्थिति भी एक प्रकार की क्षणिक मूर्छा ही है।

योगानन्द के दो रास्ते हैं - एक है योग मार्ग अर्थात् एक परमात्मा के आकर्षण में

उनकी अव्यभिचारी याद में तल्लीन होकर देह और देह की दुनिया को भूल जाना और अपने परमानन्दमय आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जाना और दूसरा है ज्ञानमार्ग अर्थात् आत्मा-परमात्मा और विश्व-नाटक के यथार्थ ज्ञान को समझकर अपनी मन-बुद्धि को देह और देह की दुनिया से हटाकर परमपिता परमात्मा की याद के द्वारा अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जाना। एक में परमात्मा के प्रति भावना और प्रेम प्रधान है, ज्ञान गौण है परन्तु दूसरे में ज्ञान प्रधान है, प्रेम और भावना उसके बाद जाग्रत होता है।

योग से तो सदा पुण्य ही होता है क्योंकि योग अर्थात् बाप के साथ बुद्धि योग। परन्तु यदि योग के संगठन में हमारी दृष्टि-वृत्ति, संकल्प भटकता है तो बड़ा पाप हो जाता है। विषयानन्द पाप का मूल है, इसलिए विषयानन्द में सदैव पाप ही होता है।

योगानन्द आत्मिक शक्ति का विकास करता है तो विषयानन्द से तीव्रता से आत्मिक शक्ति का ह्रास होता है। योगानन्द में जितना गहरा जाते हैं, वह उतना ही बढ़ता जाता है अर्थात् उसमें अभिरुचि प्रगाढ़ होती जाती है परन्तु विषयानन्द से क्षणिक आनन्द तो होता है और कुछ समय तक उसका आकर्षण भी बढ़ता है परन्तु समयान्तर में वह शारीरिक शक्ति को क्षीण कर देता है, जिसके परिणामस्वरूप भोगशक्ति खत्म हो जाती है और आत्मा उसको भोगने में असमर्थ हो जाती है और आत्मा अपने को दुखी अनुभव करती है। योगानन्द की अन्तिम परिणाम सुखमय होता है और विषयानन्द का अन्तिम परिणाम दुःखमय होता है।

“कोई भी देहधारी में संकल्प से वा कर्म से फँसना, इस विकारी देह रूपी साँप को टच करना अर्थात् अपनी की हुई अब तक की कमाई को खत्म करना। चाहे कितना भी ज्ञान का अनुभव हो, याद द्वारा शक्तियों की प्राप्ति का अनुभव किया हो या तन-मन-धन से सेवा की हो लेकिन सर्व प्राप्तियां इस देह रूपी साँप को टच करने से खत्म हो जाती हैं।”

अ.बापदादा 31.10.75

“जैसे योग अग्नि पिछले पापों को भस्म करती है वैसे ही यह विकारी भोग भोगने की अग्नि पिछले पुण्य को भस्म कर देती है।”

अ.बापदादा 31.10.75

योगानन्द, विषयानन्द और पुरुषोत्तम संगमयुग

योगानन्द पुरुषोत्तम संगमयुग की विशेष अनुभूति है परन्तु भक्ति मार्ग में भी यथार्थ ज्ञान न होते हुए भी जो आत्म-कल्याण की भावना रखकर देह से न्यारे होने का जो पुरुषार्थ करते हैं, उससे उनको अल्पकाल के लिए आनन्द की अनुभूति होती है, जिसके आधार पर ही वे विषयानन्द से विरक्त होकर योगानन्द का पुरुषार्थ करते हैं। आत्मिक स्वरूप सच्चिदानन्दमय

है, इसलिए देह से न्यारी स्थिति में भी जाने अन्जाने स्थित होने वाले को उसकी अनुभूति अवश्य होती है। परन्तु यथार्थ रीति योग का आनन्द संगमयुग पर ही होता है, जब परमात्मा से सत्य ज्ञान मिलता है और आत्मा, परमात्मा की मधुर याद में मग्न होती है। विषयानन्द का अनुभव तो आत्मायें आधा कल्प करती हैं। सतयुग में आनन्द की बात होती नहीं है क्योंकि वहाँ आत्म-कल्याण का संकल्प ही नहीं होता है। वहाँ तो आत्मायें भौतिक सुखों के अनुभवों में रहती हैं, जिसको भोगते-भोगते आत्मिक शक्ति कम होती जाती है और आत्मिक शक्ति क्षीण होने के कारण अन्त में द्वापर से आत्मायें विषयानन्द में प्रवृत्त हो जाती हैं।

पुरुषोत्तम संगमयुग योगानन्द और विषयानन्द का संगम है अर्थात् अभी संगमयुग पर दोनों अपनी चरम सीमा पर होते हैं, इसलिए बहुत कम आत्मायें ही विषयानन्द को छोड़कर योगानन्द का अनुभव करती हैं या करने का पुरुषार्थ करती हैं।

योग और योग का प्रयोग अर्थात् उपयोग

बाबा ने अनेक बार मुरलियों में योग का प्रयोग करने की बात कही है परन्तु विचारणीय बात है कि 'योग का प्रयोग' कहने में बाबा का आशय योग के Experiment करने के लिए है या प्रयोग अर्थात् उपयोग (Utilise) करने के सम्बन्ध में है। योग बल तो एक ब्रह्मास्त्र है, जो अचूक है अर्थात् वह कभी निष्फल नहीं हो सकता, इसलिए उसके Experiment अर्थात् वह प्रभावित होगा या नहीं - इसकी जांच का तो कोई प्रश्न ही नहीं उठता। हाँ, जिसके योग में जितनी अधिक शक्ति होगी, उसका प्रभाव उतना ही प्रभावशाली होगा। इसलिए हम अनुभव करते हैं कि बाबा का 'योग का प्रयोग' कहने का आशय योग को कार्य में लगाने अर्थात् योग का उपयोग करने से है। योग काम करेगा या नहीं करेगा, यह प्रश्न उठाना और उसके लिए पुरुषार्थ करना तो एक प्रकार का संशय है, जो यथार्थ नहीं है। हम योग का प्रयोग कैसे करें, जिससे हमको उससे अधिकाधिक लाभ हो, वह पुरुषार्थ अलग है। बाबा ने कहा है जहाँ बाप है, वहाँ पाप हो नहीं सकता, बाप की याद है तो बाप की मदद अवश्य मिलेगी - इन सत्यों पर विचार करें तो योग काम करेगा या नहीं करेगा, इसका प्रश्न उठ नहीं सकता। योग के प्रयोग के विधि-विधानों के लिए हम प्रयोग कर सकते हैं।

“योग का, शक्तियों का, गुणों का प्रयोग करो। ... पहले स्व के प्रति प्रयोग करो। जब स्व के प्रति प्रयोग में सफल हो जायेंगे तो दूसरी आत्माओं के प्रति प्रयोग करना सहज हो जायेगा और जब स्व के प्रति सफलता अनुभव करेंगे तो आपके दिल में औरों के प्रति प्रयोग करने का उमंग-उत्साह स्वतः ही बढ़ता जायेगा।”

अ.बापदादा 1.2.94

“आप सबके श्रेष्ठ संस्कार ही श्रेष्ठ संसार की रचना की नींव हैं। अगर नींव मजबूत है तो अन्य सभी बातें स्वतः मजबूत हुई ही पड़ी हैं। ... प्रयोगी आत्मा को कोई बात या व्यक्ति श्रेष्ठ से साधारणता में ला नहीं सकते। ... अगर स्व के संस्कार परिवर्तक नहीं बने हैं तो नये संसार-परिवर्तक कैसे बनेंगे ?”

अ.बापदादा 25.11.93

“प्रयोगी आत्मा की पहली निशानी है - संस्कार के ऊपर सदा प्रयोग में विजयी। दूसरी - प्रकृति द्वारा आने वाली परिस्थितियों पर योग के प्रयोग द्वारा विजयी। ... प्रकृति पुरुषोत्तम आत्माओं की दासी है। ... तीसरी निशानी है - विकारों पर विजयी।”

अ.बापदादा 25.11.93

“बापदादा ने देखा - योगी तो बने हैं लेकिन प्रयोगी कम बनते हैं। ... योग की जो परिभाषा जानते हो, वर्णन करते हो, वे सभी विशेषतायें प्रयोग में आती हैं? सबसे पहले अपने आप में चेक करो कि अपने संस्कार परिवर्तन में कहाँ तक प्रयोगी बने हो? क्योंकि आपके श्रेष्ठ संस्कार ही श्रेष्ठ संसार के रचना की नींव हैं। ... अगर समय पर योग की शक्तियों का प्रयोग नहीं हुआ तो इसको क्या कहा जायेगा ?”

अ.बापदादा 25.11.93

“विकार जो दूसरी आत्माओं के लिए जहरीले सांप हैं, वे आप योगी-प्रयोगी आत्माओं के लिए गले की माला बन जाते हैं। ये आप ब्राह्मणों और ब्रह्मा बाप के अशरीरी तपस्वी शंकर स्वरूप का यादगार, जो भक्त लोग अभी भी पूजते हैं और दूसरा... नाचने की स्टेज बन जाते हैं (श्रीकृष्ण को) ... तो विकारों पर विजयी हो, इसको कहा जाता है प्रयोगी।”

अ.बापदादा 25.11.93

“समय अपनी तीव्र गति समय प्रति समय दिखा रहा है। ... ऐसे समय पर आपके योग के विधि की वृद्धि वा विधि की सिद्धि में वृद्धि तीव्र गति से होना आवश्यक है। नम्बर आगे बढ़ने का आधार है - प्रयोगी बनने की सहज विधि। ... समय पर प्रयोग करना और प्रयोग सफल होना - इसको कहा जाता है ज्ञान स्वरूप आत्मा।”

अ.बापदादा 25.11.93

योगबल और योगबल से सन्तानोत्पत्ति

बाबा आकर योग सिखाते हैं, जिस योग के बल से नई दुनिया की स्थापना होती और हर आत्मा अपने योग बल के आधार पर ही नई दुनिया में पद पाती है। बाबा ने कहा है - कोई बाहुबल से विश्व का राजा नहीं बन सकता है, तुम योगबल से ही विश्व के राजा बनते हो। बाबा ने योगबल और भोगबल से सन्तान की उत्पत्ति के विषय में भी बताया है और ऐसा योगबल जमा करने के लिए श्रीमत दी है।

अब प्रश्न उठता है कि योगबल क्या है? संगमयुग पर आत्मा परमात्मा की याद से अपने में जो शक्ति जमा करती है, वह है योगबल। उस योगबल से आत्मा में शक्ति भी आती है और परमात्मा जो ज्ञान देते हैं, उसकी धारणा होती है। ज्ञान और योगबल दोनों के संयोग से आत्मा श्रेष्ठ कर्म करने में समर्थ होती है, जिससे नई दुनिया की स्थापना होती है और आधे कल्प तक वह शक्ति आत्मा में काम करती है।

जैसे आत्माभिमानि और देहाभिमानि शब्द हैं, वैसे ही योगबल और भोगबल शब्द भी हैं। सतयुग में देहाभिमान होता नहीं, सभी आत्माभिमानि होते हैं, इसलिए वहाँ सारे कार्य योगबल से सम्पन्न होते हैं और द्वापर से जब देहाभिमानि बनते तो सारे कार्य भोगबल अर्थात् दैहिक शक्ति से होते हैं। अभी भी बाबा कहते हैं - तुम इस योगबल को अपने कार्यों की सिद्धि के लिए योग का प्रयोग (Use) करो। योगबल को प्रयोग करने से मेहनत कम और सफलता अधिक मिलेगी। इस आत्मिक शक्ति अर्थात् मन्सा शक्ति से ही सतयुग में सन्तानोत्पत्ति भी होती है। मन्सा शक्ति का प्रवाह ज्ञानेन्द्रियों से होता है, जिससे सतयुग में गर्भ धारण होता है। द्वापर युग से जब आत्मिक शक्ति क्षीण हो जाती है, देहाभिमान आत्मा पर हावी हो जाता है, तो गर्भ धारण की प्रथा भी परिवर्तन हो जाती है अर्थात् सतयुग-त्रेता में जो योगबल की प्रथा थी, वह द्वापर से भोगबल में परिवर्तित हो जाती है अर्थात् विषय-भोग से गर्भ धारण होता है।

“तुम योगबल से विश्व पर राज्य करते हो। ... तुम कहते हो - बाबा, हम कल्प-कल्प आपसे सतयुग का स्वराज्य लेते हैं, फिर गँवाते हैं, फिर लेते हैं।... यह रचता और रचना का ज्ञान तुमको अभी मिला है। इन लक्ष्मी-नारायण को भी यह ज्ञान नहीं होगा।”

सा.बाबा 2.5.05 रिवा.

सतयुग-त्रेतायुग में सन्तानोत्पत्ति योगबल से होती है और द्वापर-कलियुग में सन्तान भोगबल अर्थात् विषय-भोग के द्वारा होती है। योगबल से सन्तानोत्पत्ति के विषय में बाबा ने मोर का, पपीते आदि का उदाहरण भी दिया है। बाबा ने मुख के प्यार आदि से सन्तानोत्पत्ति की बात भी कही है। कहने का तात्पर्य कि सतयुग-त्रेतायुग में सन्तानोत्पत्ति विषय-भोग से नहीं होगी, आत्मिक शक्ति अर्थात् आत्मा की सूक्ष्म शक्तियों के आधार पर होती है, इसीलिए उसको स्वर्ग कहा जाता है और भोगबल की दुनिया को नर्क कहा जाता है।

“तुम हो डबल अहिंसक। न काम कटारी, न वह लड़ाई।... श्रीकृष्ण का चित्र तो कॉमन है - मोरमुकुटधारी। तुम बच्चों ने साक्षात्कार भी किया है कि वहाँ जन्म कैसे होता है।”

सा.बाबा 4.2.05 रिवा.

“सतयुग को स्वर्ग कहा जाता है। ... सतयुग को कहा जाता है अर्थात् वह योगी दुनिया है क्योंकि वहाँ भोग-विलास होता नहीं। कलियुग है भोगी दुनिया, नर्क।”

सा.बाबा 8.10.04 रिवा.

“जब दो युग पास्ट हुए फिर आता है द्वापरयुग, रावण का राज्य। देवतायें वाम मार्ग में चले जाते हैं तो विकार का सिस्टम बन जाता है। सतयुग-त्रेता में सभी निर्विकारी रहते हैं।”

सा.बाबा 16.11.04 रिवा.

“तुमको भारत खण्ड की बहुत महिमा करनी चाहिए। भारत सचखण्ड था, कितनी महिमा थी।... यह बहुत वण्डरफुल ड्रामा है। ... मोर के लिए बाबा ने समझाया है - उनको भारत का नेशनल बर्ड कहते हैं इसलिए श्रीकृष्ण के मुकुट में मोर का पंख दिखाते हैं। ... डेल (मोरनी) को गर्भ भी मोर के आंसू से होता है, इसलिए उसको नेशनल बर्ड कहते हैं।”

सा.बाबा 7.11.05 रिवा.

ज्ञान कमजोरी को दूर करता है, योग से बल मिलता है ... इनर्जी कहाँ से आती है? ज्ञान से कमजोरी खत्म हो, योग सहज लगता है और योग से बल मिलता है। ... भावी निश्चित है, निश्चिन्त रहना हमारा फर्ज है।

दादी जानकी 5.10.08

याद की यात्रा और अमृतवेला

याद की यात्रा के सफल अभ्यास के लिए अमृतवेला का समय सबसे अच्छा है। जैसे दिन-रात के हिसाब से प्रातःकाल रात-दिन का सन्धिकाल अमृतवेला माना जाता है, वैसे काल-चक्र के हिसाब से ये संगमयुग कल्प की अमृत-वेला है। अमृत-वेला का समय सबसे श्रेष्ठ और शुभ माना जाता है, उस समय विशेष रूप से भक्त लोग भक्ति, साधना, गंगा स्नान आदि करते हैं, उसका विशेष फल होता है। कल्प के संगमयुग अर्थात् अमृतवेला पर परमात्मा आकर आत्माओं को ज्ञान देकर, उनकी विशेष पालना करते हैं। परमात्मा ने भी रात-दिन के सन्धिकाल को विशेष महत्व दिया है और कहा है कि यह समय विशेष ब्राह्मण बच्चों के लिए है, इस समय बाबा विशेष बच्चों की पालना करते हैं।

काल-चक्र और पृथ्वी की गति को देखें तो विश्व में हर क्षण अमृत-वेला का होता है क्योंकि किसी न किसी देश में सूर्योदय का समय होता ही है, इसलिए परमात्मा हर क्षण आत्माओं की और उसमें भी विशेष ब्राह्मण बच्चों की ज्ञान, गुणों और शक्तियों से पालना करते ही हैं परन्तु अमृतवेला का वह समय, जहाँ अमृतवेला अर्थात् सूर्योदय का समय होता है, उस स्थान के रहने वालों के लिए विशेष महत्वपूर्ण है क्योंकि उस समय वहाँ पर परमात्मा की

विशेष दृष्टि होती है। बाबा ने अमृतवेला की विशेष विशेषतायें भी बताई हैं और अमृतवेला याद की यात्रा के लिए विशेष बल दिया है। बाबा ने कहा है, उस समय वातावरण शान्त होता है, जिससे आत्मा सहज ही ब्रह्मलोक वासी बन जाती है अर्थात् शान्ति का अनुभव करती है और परमात्मा से योगयुक्त होकर शक्ति ले सकती है और अन्य आत्माओं को भी शक्ति दे सकती है। बाबा ने कहा सवेरे-सवेरे उठकर बाप को याद करो, बाप से रूह-रुहान करो तो अपने में शक्ति भरेगी और वह शक्ति सारे दिन काम करेगी।

“अमृतवेले पॉवर हाउस से फुल पॉवर लेने का जो नियम है, उसको बार-बार चेक करो। ... उठकर बैठ गये, यह तो नियम पालन किया लेकिन कनेक्शन ठीक है अर्थात् प्राप्ति का अनुभव होता है? ... अमृतवेले का कनेक्शन अर्थात् सर्व पॉवर्स का और सर्व प्राप्ति का अनुभव होना। ... अगर आदि काल ठीक न होगा तो मध्य और अन्त भी ठीक न होगा।”

अ.बापदादा 8.7.73

“अखुट खज़ाने के बालक सो मालिक हो और ऐसे फिर दूसरों से शक्ति को उधार लेवे तो उनको क्या कहा जाये ... बजट बनाना अर्थात् अपनी बुद्धि का, वाणी का और फिर कर्म का, सभी का अपना हर समय का प्रोग्राम फिक्स करो। ... शक्तियों को जमा करने की सहज युक्ति यही है कि रोज अमृतवेले अपना मन्सा, वाचा, कर्मणा का प्लेन बनाओ।”

अ.बापदादा 8.7.73

“सहज युक्ति कौनसी है, जो रिवाइज कोर्स में भी बहुत रिवाइज हो रही है? वह है अमृतवेले अपने आप से और बाप से रूह-रुहान करना वा अमृतवेले को महत्व देना। ... अमृतवेले के समय अपनी आत्मा को अमृत से भरपूर कर देने से सारा दिन कर्म भी ऐसे ही होंगे। कर्म और संकल्प भी सारा दिन श्रेष्ठ होगा। ... अमृतवेला सारे दिन के समय की फाउण्डेशन वेला है।”

अ.बापदादा 24.6.72

“अमृतवेला को ब्रह्म-मुहूर्त कहते हैं। ब्रह्मा-मुहूर्त शब्द राइट है क्योंकि ब्रह्मा बाप समान दिन का आरम्भ करते हो। ... उस समय का वायुमण्डल ऐसा होता है जो आत्मा सहज ही ब्रह्मलोक निवासी बनने का अनुभव कर सकती है।”

अ.बापदादा 24.6.72

“तुम बच्चों को यह ज्ञान मिलता है, वह कितना रमणीक, रहस्ययुक्त है। ... तुम बच्चों का भी यही चिन्तन चलता है, ... सवेरे-सवेरे उठकर यह ख्याल करना चाहिए। ... वह हमारा घर है। वहाँ शरीर ही नहीं तो आवाज़ कैसे हो।”

सा.बाबा 18.8.05 रिवा.

“सवेरे उठकर बाबा से बातें करना बड़ा अच्छा है। भक्ति और ज्ञान दोनों के लिए यह टाइम

अच्छा है। ... ऐसे-एसे सवेरे बैठ विचार सागर मन्थन करना है। अच्छी-अच्छी प्वाइन्ट्स निकलेंगी तो तुमको बहुत खुशी होगी।”

सा.बाबा 5.10.05 रिवा.

“अमृतवेले सदा अपने मस्तक में विजय का तिलक अर्थात् स्मृति का तिलक लगाओ। भक्ति मार्ग में तिलक लगाते हैं ना। भक्ति की निशानी भी तिलक है, सुहाग की निशानी भी तिलक है और राज्य प्राप्त करने की निशानी भी राजतिलक होता है।”

अ.बापदादा 21.11.92 पार्टी 5

“अमृतवेले योग करते ... ऐसे समझो हम विश्व की स्टेज पर बैठे हैं, हीरो पार्टधारी हैं ... अमृतवेला भी पॉवरफुल बनाओ। ... योग अग्नि हो, ज्वालामुखी हो। तो यह तीन मास विशेष अमृतवेला भी नोट करना।”

अ.बापदादा 31.12.05

“रोज अमृतवेले स्वयं को ब्राह्मण जीवन के स्मृति का तिलक लगाओ ... सदा स्मृति रखो कि हम कम्बाइण्ड हैं। ये साथ का तिलक सदा लगाओ।... सदा साथ हैं और सदा सन्तुष्ट हैं।”

अ.बापदादा 18.11.93 पार्टी 2

“सुबह को चिन्तन अच्छा चलता है तो दिन को भी खुशी रहती है। अगर खुशी नहीं रहती है तो जरूर बाप से प्रीतबुद्धि नहीं हैं। अमृतवेले एकान्त अच्छी होती है। जितना बाप को याद करेंगे, उतना खुशी का पारा चढ़ेगा।”

सा.बाबा 4.5.06 रिवा.

“सदा अमृतवेले अपने आपको विजय का तिलक लगाओ और बार-बार उसे रिफ्रेश करो। ... जब हिम्मत रखकर बाप के बन गये तो बनने के बाद हिम्मत की पदमगुणा मदद मिलती ही है। ... सदा बाप समान विजयी हैं ही हैं।”

अ.बापदादा 18.2.94 पार्टी 3

याद की यात्रा और सायंकाल का सन्धिकाल

जैसे अमृतवेले का समय योगाभ्यास के लिए विशेष महत्वपूर्ण है, वैसे सायंकाल का सन्धिकाल भी विशेष महत्वपूर्ण है, उस समय याद की यात्रा अच्छी होती है। भक्त भी उस समय भी विशेष भक्ति भावना, आध्यात्मिक पुरुषार्थ आदि करते हैं। भक्ति मार्ग में गायन है - नुमा शाम के समय देवतायें चक्र लगाते हैं। बाबा ने भी योग साधना के लिए इस समय को विशेष महत्व दिया है और तपस्या करने के लिए अच्छा समय बताया है। यज्ञ की दिनचर्या में भी सायंकाल के समय विशेष योगाभ्यास करते हैं। अनुभव भी यही कहता है कि इस समय बुद्धि को एकाग्र करने में वातावरण का विशेष सहयोग होता है, जिससे याद की यात्रा अच्छी होती है। इस समय का कैसे लाभ उठायें, उसके लिए भी बाबा ने अनेक बार मुरलियों में श्रीमत दी है।

“बच्चे जितना बाप को याद करते हैं उतना बाप-दादा भी रिटर्न में याद करते हैं।...जैसे बच्चे बाप का आवाह्न करते हैं, वैसे विश्व की आत्मायें आप सब सर्वश्रेष्ठ आत्माओं का आवाह्न कर रही हैं। ऐसे आलाप कानों में सुनाई देते हैं? विशेष इस ‘नुमाशाम’ के समय जब सूर्य के साथ लक्की सितारों को, अन्धकार मिटाने वाले ज्योति स्वरूप समझकर इस हृद की लाइट को नमस्कार करते हैं।...ऐसे नमस्कार-योग्य स्वयं को अनुभव करते हो?”

अ.बापदादा 22.1.76

परमात्मा की याद और राग-द्वेष, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति, ईर्ष्या-घृणा

राग-द्वेष, भय-चिन्ता, दुख-अशान्ति, ईर्ष्या-घृणा का कारण भी याद है और परमात्मा की याद सबसे अधिक विघ्न भी इनके कारण ही आते हैं क्योंकि जो आत्मा इनके वशीभूत हो जाती है, उसको अनेकानेक वस्तु और व्यक्तियों की याद न चाहते भी आती है, जो परमात्मा की याद को भुला देती है। इनके वशीभूत आत्मा कभी परमात्मा को याद कर नहीं सकती। ऐसी स्थिति वाले को सदा ही किसी न किसी वस्तु या व्यक्ति की याद सताती रहती है और वह याद आत्मिक शक्ति का हास करके आत्मा को कमजोर बना देती है और कमजोर आत्मा अनेक प्रकार के दैहिक एवं मानसिक व्याधियों के वशीभूत हो जाती है। मानसिक व्याधियों के वशीभूत आत्मा परमात्मा को याद नहीं कर सकती है क्योंकि परमात्मा की याद के लिए मन-बुद्धि का स्वच्छ और शक्तिशाली होना अति आवश्यक है। इसलिए बाबा हमको यथार्थ ज्ञान देकर इन राग-द्वेष, भय-चिन्ता, ईर्ष्या-घृणा से मुक्त बनाते हैं और मुक्त आत्मा को परमात्मा की याद स्वतः आती है।

भय और चिन्ता आत्मा के बड़े शत्रु हैं। शुभ के वियोग और अशुभ के संयोग की आशंका मनुष्य को भयभीत करती है, जो आत्मा के व्यर्थ चिन्तन का मूल कारण है, जिस व्यर्थ चिन्तन से आत्मिक शक्ति का हास होता है और आत्मा अनेकानेक विकर्मों में प्रवृत्त होकर दुखी होती है। बाबा ने इस विश्व-नाटक का यथार्थ ज्ञान दिया है और कर्मों की गहन गति का भी ज्ञान दिया है तथा इस भय और चिन्ता से मुक्त होकर निश्चिन्त, सुखमय जीवन जीने के लिए श्रीमत दी है, वह ज्ञान और श्रीमत हमारे जीवन में प्रैक्टिकल धारणा में रहे तो आत्मा इससे उत्पन्न होने वाले दुख से सहज ही मुक्त हो जाती है और मुक्त आत्मा सहज ही परमात्मा को याद कर सकती है।

बाबा ने कहा है - आत्मा के भयभीत होने और व्यर्थ चिन्तन से कुछ भी होता नहीं है, और ही व्यर्थ चिन्तन से आत्मिक शक्ति का हास होता है। विश्व-नाटक और कर्म की गहन

गति की यथार्थता को जान निश्चिन्त और निर्भय होकर अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर सर्वशक्तिवान परमात्मा को याद करें तो कभी हमारा अशुभ होगा ही नहीं और पूर्व कर्मों के फलस्वरूप कुछ आता भी है तो वह भी परमात्मा की याद से शूली से कांटा हो जाता है। भय और चिन्ता आत्मा के अपने ही विकर्मों के फलस्वरूप होती है, जो आत्मा ईश्वरीय ज्ञान को समझकर परमात्मा की श्रीमत अनुसार कर्म करती हैं, वे सदैव निर्भय और निश्चिन्त रहते हैं। जो परमात्मा के साथ सच्चे और आज्ञाकारी रहते हैं, उनको कब भय और चिन्ता हो नहीं सकती। भय और चिन्ता का मूल कारण अज्ञानता है और परमात्मा की याद में बड़ी बाधा है। “वैभव वा व्यक्ति चिन्ता को मिटाने वाले नहीं चिन्ता को उत्पन्न कराने के निमित्त बन जाते हैं। ... शुभ-चिन्तक आत्मायें औरों के भी व्यर्थ चिन्तन, पर-चिन्तन को समाप्त करने वाले हैं।”

अ.बापदादा 10.11.87

“सतयुग में देवी-देवताओं को यह रचयिता और रचना के आदि-मध्य-अन्त का ज्ञान नहीं था। अगर उनको ये ज्ञान हो कि हम सीढ़ी उतरते रसातल में जायेंगे तो बादशाही का सुख भी न रहे। चिन्ता लग जाये। अब तुमको चिन्ता लगी हुई है कि हम सतोप्रधान थे, फिर तमोप्रधान से अब कैसे सतोप्रधान बनें।”

सा.बाबा 17.7.71 रिवा.

“ऐसा निश्चयबुद्धि जो पाँव भी कोई हिला न सके।... ऐसे निश्चयबुद्धि सदा निश्चिन्त रहते हैं। अगर ज़रा भी कोई चिन्ता है तो निश्चय में कमी है।... चाहे ड्रामा में निश्चय की कमी है, चाहे अपने आप में निश्चय की कमी है, चाहे बाप में निश्चय की कमी है।... ऐसे निश्चयबुद्धि बच्चों की विजय निश्चित है।”

अ.बापदादा 13.01.86 पार्टी I

“याद में ही माया बहुत विघ्न डालती है।... भावी को कोई भी टाल नहीं सकते। सदा हुल्लास में रहना चाहिए।... बाप को याद करते प्रेम में आँसू आ जाने चाहिए।”

सा.बाबा 8.11.05 रिवा.

“अभी तुम बच्चों को ईश्वरीय मत मिल रही है।... आत्मा को कोई भय नहीं रहता है। बाप कहते हैं निर्भय बनो। तुमको कोई भय नहीं है। तुम अपने घर बैठे भी बाप की श्रीमत लेते रहते हो।... इसको कहा जाता है ईश्वर के साथ बच्चों का मेला।”

सा.बाबा 6.12.05 रिवा.

“जिन बच्चों को निश्चय हो जाता है तो वे निश्चय से समझाते भी हैं।... जब पूरे देही-अभिमानि बनेंगे, तब निडर होंगे। ... निश्चयबुद्धि विजयन्ति।”

सा.बाबा 23.12.05 रिवा.

“इसमें बड़ी बहादुरी चाहिए। सिवाए एक बाप के और कोई की परवाह नहीं।... जिनकी

तकदीर में नहीं, वे समझें भी कैसे। ... बाबा के सामने कितने हंगामें हुए, बाबा को कभी रंज हुआ देखा। नर्थिंग न्यू।... डरने से इतना ऊंच पद नहीं पा सकेंगे।”

सा.बाबा 16.02.06 रिवा.

“इस बाबा के सामने कितने हंगामें हुए। बाबा को कभी रंज हुआ देखा। ... नर्थिंग न्यू। यह तो कल्प पहले मुआफिक होता है, इसमें डर की बात क्या है।... डरने से इतना ऊंच पद पा नहीं सकेंगे।”

सा.बाबा 9.10.06 रिवा.

“यह विनाश भी फिर से होना है जरूर। बहुत पॉवरफुल बॉम्बस बनाते रहते हैं। यह विनाश भी शुभ कार्य के लिए है। तुम बच्चों को डरने की कोई दरकार नहीं है। यह है कल्याणकारी लड़ाई। ... अभी यह सारी पुरानी दुनिया खत्म होनी है। तुम बच्चों को तो बहुत खुशी होनी चाहिए।”

सा.बाबा 5.01.06 रिवा.

“आपको सदा काल की प्राप्ति है, तो चेहरा सदा खुशी में दिखाई दे, उदास न हो।... चिन्ता से कभी भी कमाई में सफल नहीं होंगे, चिन्ता छोड़कर कर्मयोगी बनकर काम करो, तो जहाँ योग है वहाँ कार्य में कुशलता होगी और सफलता होगी। अगर चिन्ता से कमाया हुआ पैसा आयेगा तो भी चिन्ता ही पैदा करेगा क्योंकि जैसा बीज होगा, वैसा ही फल निकलेगा।”

अ.बापदादा 5.12.89 पार्टी 2

“कोई मर गया तो भी साक्षी होकर देखा जाता है। कल्प पहले भी ऐसे ही हुआ था। अपनी अवस्था को पक्का रखना चाहिए। ... कोई पर ग्रहचारी बैठती है तो राहू की दशा बैठ जाती है, फिर ट्रेटर बन पड़ते हैं तो बड़ा नुकसान करते हैं। इन बातों में भी कभी अफसोस नहीं करना चाहिए।”

सा.बाबा 31.5.06 रिवा.

परमात्मा की याद और निर्विघ्न स्थिति एवं विघ्न-विनाशक स्थिति

जैसे पढ़ाई में परीक्षा आवश्यक है। परीक्षा ही पढ़ाई में आगे जाने का साधन है। ऐसे ही इस ब्राह्मण जीवन में विघ्न आना स्वाभाविक है अर्थात् विघ्न आना अवश्य सम्भावी है क्योंकि अनेक जन्मों के हिसाब-किताब हैं, जो सब अभी पूरे होने हैं और आधे कल्प के लिए श्रेष्ठ सम्बन्ध बनाने भी हैं। अभी हम युद्ध के मैदान में हैं और हमको माया पर जीत पानी है। माया न आये अर्थात् विघ्न न आये, तो जीत किस पर पायेंगे, इसलिए ये हो नहीं सकता कि इस ब्राह्मण जीवन में कोई विघ्न न आये। इस सत्य को स्मृति में रख कब विघ्नों से घबराना नहीं है लेकिन उनको जीतने का संकल्प और साहस रखकर अभीष्ट पुरुषार्थ करना है और वह पुरुषार्थ है ही स्व-स्वरूप की याद, परमात्मा की याद, विश्व-नाटक की याद। बाबा ने कहा है

तुम योद्धे हो, योद्धों को बुद्धि में सदा युद्ध और विजय ही रहती है अर्थात् युद्ध करना है और विजय पानी है। और कोई बात उनकी बुद्धि में होती ही नहीं। जो परमात्मा के साथ योगयुक्त रहते हैं, उनको विघ्न भी खेल अनुभव होते हैं और वे सहज ही आये हुए विघ्नों को पार कर लेते हैं।

हिम्मतवान को बाप की मदद अवश्य मिलती है और वह निश्चित ही विघ्नों पर जीत पाने में सफल होता है। विघ्नों पर कैसे जीत पायें, उसका विधि-विधान भी बाबा ने बताया है और उन पर जीत पाने के लिए श्रीमत् भी दी है।

बाबा ने कहा है विघ्न तो आगे जाने के साधन हैं, इसलिए तुमको विघ्नों को विघ्न न समझ आगे बढ़ने का साधन समझना है, परीक्षा का पेपर समझ, उनको पार करना है। विघ्न ही नष्टोमोहा बनाते हैं, परमात्मा से प्रीतबुद्धि बनने की प्रेरणा देते हैं। विघ्न आत्मा को अनुभवी बनाते हैं और जब स्वयं अनुभवी होंगे तब ही औरों को भी विघ्नजीत बनने का रास्ता बता सकेंगे। वास्तविकता तो ये है कि विघ्न हमारी लगन को और ही तीव्र करते हैं। यज्ञ के इतिहास को देखें तो जिन आत्माओं के आगे पहले विघ्न आये, उनकी परमात्मा पिता से प्रीत और ही बढ़ती गयी और वे ही अधिक उन्नति करने में सफल हुये।

विघ्न हमारी परमात्मा के प्रति लगन को बढ़ाते हैं और जो परमात्मा से प्रीतबुद्धि होकर रहता है तो परमात्मा की प्रीत सहज ही विघ्नों से पार कर देती है। अभी हम माया का पक्ष छोड़कर प्रभु के पक्ष में आते हैं तो माया विघ्न जरूर लायेगी परन्तु इन विघ्नों को सहज कैसे पार करें, उसके लिए बाबा ने विघ्न आने का कारण भी बताया है और उन विघ्नों को पार करने के लिए साधन और साधना का ज्ञान भी दिया है। विघ्न हमको अनुभवी बनाते हैं, जिससे हम औरों के विघ्नों को विनाश करने में सहयोगी बन सकते हैं। यदि हमको अनुभव नहीं होगा तो हम औरों के लिए विघ्न-विनाशक कैसे बन सकेंगे। साकार बाबा ने अनेक बार कहा है - तूफान तो मेरे सामने भी आते हैं, जब मेरे सामने आयें, मेरे को अनुभव हो तब तो बच्चों को भी उनसे पार होने की युक्ति बता सकें।

जब परमात्मा की यथार्थ रीति याद होती है तो आने वाले विघ्नों का पहले से ही आभास होता है और उनसे बचने के लिए यथार्थ पुरुषार्थ भी चलता है।

“प्रकृति पहले से ही सावधानी जरूर देती है। अगर नॉलेजफुल हो तो प्रकृति के विघ्नों से बच सकते हो। ... नॉलेज न होने के कारण पॉवरफुल नहीं और पॉवरफुल न होने के कारण जो विजय की प्राप्ति होनी चाहिए, वह नहीं होती है।”

अ.बापदादा 27.7.71

“जितना-जितना अपनी स्मृति की समर्थी में आते जायेंगे अर्थात् आत्मा रूपी नेत्र को पॉवरफुल

बनाते जायेंगे, क्लियर बनाते जायेंगे, उतना-उतना कोई भी विघ्न आने वाला होगा तो पहले से ही यह महसूसता आयेगी कि आज कोई पेपर होने वाला है।... होशियार होने के कारण विघ्नों में सफलता पा लेंगे।”

अ.बापदादा 27.7.71

“वैसे भी कोई भी बात, कोई दृश्य, कोई भी चीज परिवर्तन तो होनी ही है। यह ड्रामा ही परिवर्तनशील है।... इस प्रकार हर बात परिवर्तित होनी है लेकिन जिस समय आपके सामने वह बात विघ्न रूप बन जाती है उस समय अपनी शक्ति के आधार से एक सेकण्ड में परिवर्तित कर दिया तो उस पुरुषार्थ करने का फल आपको प्राप्त हो जायेगा।”

अ.बापदादा 24.12.72

“अगर परखने की शक्ति तीव्र है तो भिन्न-भिन्न प्रकार के आये हुए विघ्न, जो लगन में विघ्न रूप बनते हैं, उन विघ्नों को पहले से ही जानकर, उन द्वारा वार होने से पहले ही उन्हें समाप्त कर देते हैं। इस कारण व्यर्थ समय जाने के बदले समर्थ में जमा हो जाता है।”

अ.बापदादा 29.1.75

“तपस्या वर्ष अर्थात् तपस्या के वायब्रेशन्स विश्व में और तीव्र गति से फैलाओ।... विघ्नों का आना यह भी ड्रामा में आदि से अन्त तक नूँध है। यह विघ्न भी असम्भव से सम्भव की अनुभूति कराते हैं।... फुटबाल के खेल में बाल आती है तब तो ठोकर लगाते हो। बाल ही न आये तो ठोकर कैसे लगायेंगे।”

अ.बापदादा 26.10.91

“सदा स्मृति में रखो कि विघ्न का काम है आना और हमारा काम है विघ्न-विनाशक बनना।... सदा ड्रामा के ज्ञान की स्मृति से हर विघ्न को ‘नर्थिंग न्यू’ समझना।... अगर ड्रामा की प्वाइन्ट बुद्धि में क्लीयर है कि हू-ब-हू रिपीट होता है... ड्रामा बना हुआ है और बना रहे हैं अर्थात् रिपीट कर रहे हैं। ऐसा निश्चयबुद्धि अचल-अडोल रहता है।”

अ.बापदादा 20.12.92 पार्टी 4

“सदैव यह स्मृति में रखो कि हमारा टाइटिल ही है - ‘विघ्न-विनाशक’... सदा अपने मास्टर सर्वशक्तिमान स्वरूप की स्मृति में रहो।... पाण्डव भगवान की मत पर चले अर्थात् फॉलो किया तो विजय हुई।”

अ.बापदादा 10.12.92 पार्टी 4

“निर्विघ्न रहना और निर्विघ्न बनाना, यह यथार्थ योग और यथार्थ सेवा की निशानी है।... यह क्यों हुआ, यह क्या हुआ ... फीलिंग आना माना विघ्न।”

अ.बापदादा 3.10.92 पार्टी 1

परमात्मा की याद और दैनिक चार्ट

याद को बाबा ने यात्रा भी कहा है अर्थात् हमारी ये याद एक यात्रा है और यात्रा सफल हो, उसके लिए बाबा ने हमको याद का चार्ट रखने के लिए भी श्रीमत दी है। निरन्तर अपना चार्ट चेक करने से याद की यात्रा में अच्छी उन्नति होती है, याद के लिए ध्यान रहता है, जिससे बुद्धि व्यर्थ बातों में अपना समय और संकल्प व्यर्थ नहीं करती है। चार्ट लिखकर भी रखा जा सकता है और रोज रात्रि के समय चेकिंग करते हुए भी रख सकते हैं, दिन में बीच-बीच में भी चेक कर सकते हैं। याद सदा बनी रहे, उसके बाबा ने घण्टे-घण्टे अपना चार्ट चेक करने के लिए भी कहा है। जो ऐसे अपना चार्ट रखते हैं, उनकी याद की यात्रा सहज होती है। जो जितना अपने चार्ट का ध्यान रखते हैं, उनकी उतनी ही अच्छी उन्नति होती है।

बाबा कहते - केवल ये चार्ट नहीं लिखो कि हमने किसको दुख तो नहीं दिया। दुख नहीं दिया परन्तु ये भी चेक करो कि किसको सुख कितना दिया, हमने अपना सुख का, दुआओं का खाता कितना जमा किया ? याद की यात्रा सफल हो, उसके चार्ट में चेक करना है कि बाबा की याद कहाँ-कहाँ भूले और जब भूले तो बुद्धि किन-किन बातों में गई। चार्ट में ये भी चेक करना है कि हम याद में तो बैठे लेकिन यात्रा की स्थिति कैसी रही ?

“मुख्य बात है याद की। ... कोई सच्चाई से अगर चार्ट लिखे तो बहुत फायदा हो सकता है।... सबसे बड़ा कांटा है काम विकार का। बाप कहते हैं - इस पर जीत पहन जगतजीत बनो।”

सा.बाबा 3.10.05 रिवा.

“तुम जानते हो हमारी आत्मा बेहद के बाप को याद करती है या नहीं ? यह हरेक को अपने से पूछना है। ... यह है अजपाजाप। ... अपने को आत्मा समझ अपने बाप को याद करना है।”

सा.बाबा 22.9.05 रिवा.

“अपने आपसे पूछो - ज्ञान के साथ-साथ दिल का स्नेह है ? दिल में लीकेज तो नहीं है ? ... अगर एक बाप के सिवाए और किसी व्यक्ति, वैभव से संकल्प मात्र भी स्नेह है ... इसको लीकेज कहा जायेगा।... शक्ति नहीं बढ़ती, मेहनत लगती है। मेहनत होने के कारण सन्तुष्टता नहीं रहती है।”

अ.बापदादा 6.1.88

“पहले अपने को देखना है - हम निर्विकारी बने हैं ? मैं ईश्वर को ठगता तो नहीं हूँ ? ऐसे नहीं कि ईश्वर हमको देखता थोड़ेही है। तुम्हारे मुख से यह अक्षर निकल न सकें। ... तुम जानते हो यह सब कब्रदाखिल होने हैं, इसलिए हम उनको याद क्यों करें। ज्ञान से सबकुछ समझना है।”

सा.बाबा 20.10.05 रिवा.

“यह तो हैं ज्ञान रत्न। याद को रत्न नहीं कहा जाता है। याद से ही तुम्हारे कैरेक्टर्स सुधरते

हैं। ... पहले तो खुद को देखना है कि मैं कहाँ तक धारणा करता हूँ, कितना याद करता हूँ, मेरे कैरेक्टर्स कैसे हैं। अगर मेरे में ही रोने की आदत होगी तो दूसरों को खुशमिज़ाज कैसे बना सकेंगे।”

सा.बाबा 21.11.05 रिवा.

“पहले स्वयं अपना साक्षी बनकर चेक करो - स्व के चार्ट से, स्वयं सच्चे मन, सच्चे दिल से सन्तुष्ट हैं? दूसरा जिस विधिपूर्वक बापदादा याद की परसेन्ट को चाहते हैं, उस विधिपूर्वक मन-वचन-कर्म और सम्बन्ध-सम्पर्क में सम्पूर्ण चार्ट रहा अर्थात् बाप भी सन्तुष्ट हो, तीसरा ब्राह्मण परिवार हमारे श्रेष्ठ योगी जीवन से सन्तुष्ट रहा?”

अ.बापदादा 31.12.91

“अपने से पूछो लवलीन कहाँ तक रहते हैं। लवलीन बच्चों की निशानी है, वे सदा परमात्म फरमान में सहज चलते हैं, फरमान में भी रहते और देहभान से कुर्बान भी रहते। क्योंकि प्यार में कुर्बान होना मुश्किल नहीं है। बाप का पहला फरमान है - योगी भव, पवित्र भव।”

अ.बापदादा 15.12.05

“चेक करो - आदि से अब तक स्नेह एकरस रहा है वा समय प्रमाण, समस्या प्रमाण व ब्राह्मण आत्माओं के सम्पर्क प्रमाण स्नेह बदलता रहता है? ... रूलिंग पॉवर तब आती है जब पहले कन्ट्रोलिंग पॉवर हो। जो स्वयं को ही कन्ट्रोल नहीं कर सकता, वह विश्व के राज्य को क्या कन्ट्रोल करेगा!”

अ.बापदादा 12.3.88

परमात्मा की याद और कुमार-कुमारी जीवन

परमात्मा की याद और गन्धर्वी विवाहित जीवन

परमात्मा की याद और गृहस्थी जीवन से ईश्वरीय जीवन

परमात्मा की याद ब्राह्मण जीवन का आधार है अर्थात् ईश्वरीय जीवन के सुख को अनुभव करने का आधार है परन्तु परमात्मा की याद बुद्धि में कब और कैसे स्थिर होती है और उससे क्या प्राप्ति होती है, वह अनुभव विभिन्न वर्गों के व्यक्तियों का अपना-अपना है। गायन है याद से याद मिलती है अर्थात् हम परमात्मा को याद करते हैं तो परमात्मा का प्यार अनुभव होता है। परमात्मा का प्यार हमको इस ब्राह्मण जीवन में आगे बढ़ने का आधार है। वास्तविकता को देखें तो परमात्मा का प्यार पाने और उसमें अभीष्ट उन्नति करने में कुमार-कुमारियाँ विशेष आगे जाते हैं, क्योंकि उनकी बुद्धि में और किसकी याद नहीं बसती है। बाबा ने अनेक बार कहा है, इस योगमार्ग में कुमार-कुमारियाँ विशेष आगे जा सकते हैं और यज्ञ का इतिहास

और विधि-विधान भी ऐसा ही देखने में आता है।

दूसरे नम्बर में वे आत्मायें आगे जाती हैं, जो पतित गृहस्थ जीवन से परमात्मा के बनते हैं और गृहस्थ में रहते ट्रस्टी बनकर रहते और यथार्थ पुरुषार्थ करते हैं। उन पर भी परमात्मा का विशेष प्यार रहता है और वे भी अच्छी उन्नति करते हैं, जीवन में विशेष प्राप्ति का अनुभव करते हैं।

तीसरे नम्बर पर वे हैं जो कुमार-कुमारी जीवन में ज्ञान आ जाते हैं और बाद में शादी करते हैं और पवित्र रहते हैं। वास्तव में जो पतित गृहस्थ से ज्ञान को पाकर ब्रह्मा कुमार-कुमारी बनते हैं, उनका जीवन उनसे श्रेष्ठ कहा जायेगा, जो कुमार-कुमारी जीवन में ज्ञान में आते हैं परन्तु गन्धर्वी विवाह करते हैं और पवित्र रहते हैं। कुमार-कुमारी जीवन में ज्ञान में आये और गन्धर्वी विवाह किया तो एक स्टेप तो नीचे जाकर फिर चढ़ने का पुरुषार्थ किया और उनमें भी एक-दो की याद तो बसती ही है, बुद्धि में रहता ही है कि ये हमारा युगल है। पतित गृहस्थ से परमात्मा के बनने वाले अपेक्षाकृत अधिक परमात्मा का प्यार अनुभव करते हैं, इस ब्राह्मण जीवन का अधिक सुख अनुभव करते हैं। उनको परमात्मा की याद गन्धर्वी विवाह करने वालों से अधिक रहती है। देखा जाये तो गन्धर्वी विवाह करने वालों पर परमात्मा की श्रीमत के उलंघन का बोझ, परमात्मा की निन्दा कराने का बोझ अवश्य चढ़ता है और वह बोझ भी यथार्थ याद में ठहरने नहीं देता है, इसलिए वे परमात्मा का उतना प्यार अनुभव नहीं करते, जितना पतित गृहस्थ जीवन से बाबा के बनने वाले करते हैं। वे ब्राह्मण जीवन का यथार्थ सुख भी जितना अनुभव करना चाहिए, उतना कर नहीं सकते हैं। परमात्म-प्यार का सच्चा सुख अनुभव करने के लिए अपना बुद्धियोग बाप के साथ हो और बुद्धियोग उनका ही बाप के साथ स्थिर होगा, जिनका और तरफ से बुद्धियोग टूटा हुआ होगा।

“कुमारी का मान बहुत होता है। सगाई हो गई, फिर भल पवित्र रहते हैं फिर भी युगल हो गये ना। (वह मान नहीं रहता है, एक-दूसरे की याद दिल में अवश्य रहती है) फिर कुमारी नाम बदल जाता है। ... उनको कुमार-कुमारी नहीं कहेंगे।” सा.बाबा 1.9.08 रिवा.

याद और परमात्म-प्यार

परमात्म-प्यार अर्थात् परमात्मा का आत्माओं से प्यार और आत्माओं का परमात्मा से प्यार। बाबा ने कहा जितना तुम बाप को याद करते हो, उतना उनकी याद तुमको मिलती है क्योंकि विश्व-नाटक का नियम है कि याद से याद मिलती है। जितना बाप से प्यार होगा, उतनी ही उनकी याद रहेगी और जितनी परमात्मा पिता की आत्मा को याद होगी, उतनी ही परमात्मा पिता की मदद उसको मिलेगी।

सृष्टि का नियम है कि हर क्रिया की प्रतिक्रिया होती है। परमात्मा के अतिरिक्त भी जब हम किसी आत्मा को शुभ भावना शुभ कामना से याद करते हैं तो उसको भी हमारी याद अवश्य आती है और याद करने वाले की याद जितनी गहरी होती है, उसका प्रभाव उतना गहरा होता है।

“जो मेरे मददगार बनते हैं, उनको ही आधा कल्प के लिए पीस-प्रॉस्पेरिटी की प्राइज़ मिलेगी। बाबा मददगार उनको कहते हैं, जो अशरीरी होकर बाप को याद करते हैं, स्वदर्शन चक्र फिराते हैं, शान्तिधाम स्वीट होम और स्वीट राजधानी को याद कर पवित्र बनते हैं।”

सा.बाबा 1.12.08 रिवा.

“जितना योगी उतना सर्व का सहयोगी, वह सर्व के सहयोग का अधिकारी स्वतः ही बन जाता है। ... जो जितना योगी होगा, उतना उसको सहयोग अवश्य ही प्राप्त होता है। अगर सर्व से सहयोग प्राप्त करना चाहते हो तो योगी बनो। योगी को सहयोग क्यों प्राप्त होता है क्योंकि बीज से योग लगाते हो।”

अ.बापदादा 13.3.71

परमात्मा की याद और परमात्मा की मदद

परमात्मा की याद और परमात्मा की मदद एवं परमात्मा के मददगार

परमात्मा की मदद आत्माओं को सदा मिलती है और परमात्मा सदा मददगार भी है परन्तु परमात्मा की मदद का विधि-विधान है कि एक कदम हमारा और हजार कदम बाप की मदद। इस विधि-विधान को ध्यान में रखकर जो जितने कदम उसके बताये गये मार्ग पर उनकी श्रीमत अनुसार उठाता है, उसको उतने गुणा परमात्मा की मदद अवश्य मिलती है। उसका विधि-विधान भी परमात्मा ने बताया है और उसकी मदद लेकर जीवन को सफल बनाने के लिए श्रीमत भी दी है। परमात्मा की मदद के लिए गायन है - हिम्मते बचचे मदद दे भगवान। बाबा ने कहा है - तुम मेरे मददगार हो, तुम्हारी मदद के बिना मैं कुछ नहीं कर सकता हूँ, जितना तुम मुझे याद करते हो, उतना तुम मेरे मददगार बनते हो, उतना तुम स्वयं को और विश्व को पावन बनाने में मेरी मदद करते हो। बाबा ने कहा है - जितना तुम मेरे को याद करेंगे, उतना मेरी मदद तुमको आपही मिलेगी।

“स्नेह से झुकाव हो या हिसाब-किताब चुक्तू होने के कारण ईर्ष्या-घृणा से झुकाव (याद) हो, दोनों प्रकार का झुकाव नीचे ले आता है। योग में स्थिर होने नहीं देता है।... फिर बाप के आगे अर्जी डालते हैं ... हिसाब बनाया आपने और चुक्तू बाप कराये।... करनकरावनहार कराने के लिए बाँधा हुआ है लेकिन करना तो आपको ही पड़ेगा।”

अ.बापदादा 6.1.88

“जिस समय कोई भी परिस्थिति आये तो बाप को साथी बना लेना। तो ऐसा अनुभव करेंगे कि मैं अकेला नहीं हूँ, मेरे साथ विशेष शक्ति है। स्वप्न पूरा हो जायेगा। जहाँ बाप है वहाँ चाहे कितने भी तूफान हों, वह तोफा बन जायेंगे। ‘निश्चयबुद्धि विजयन्ति’ - यह टाइटिल याद रखना और देखना कि मैं निश्चय बुद्धि विजयी रत्न हूँ।”

अ.बापदादा 15.2.83

“बेपरवाह, निर्भय होकर सेवा में लगन से आगे बढ़ते हैं तो बाप की पदमगुणा मदद भी मिलती है।”

अ.बापदादा 27.2.86

“दिल से, मुहब्बत से कहो - ‘मेरा बाबा’, तो मेहनत मोहब्बत में बदल जायेगी। मेरा बाबा कहने से ही बाप के पास आवाज़ पहुँच जाता है और बाप एक्स्ट्रा मदद देते हैं। लेकिन है दिल का सौदा, जबान का सौदा नहीं है। दिल का सौदा है।”

अ.बापदादा 15.10.04

“हिम्मत से बाप की मदद भी मिल जाती है। नाउम्मीद में भी उम्मीदों के दीपक जग जाते हैं। ... हिम्मत और उमंग के पंख जब लग जाते हैं तो जहाँ भी उड़ना चाहें उड़ सकते हैं। बच्चों की हिम्मत पर बापदादा सदा बच्चों की महिमा करते हैं।”

अ.बापदादा 4.03.86

“जितना आप अपने में निश्चय रखते हैं, उतना बापदादा भी अवश्य मददगार बनते हैं। स्नेही को सहयोग अवश्य मिलता है। किससे भी सहयोग लेना है तो स्नेही बनना है। ... कब भी हिम्मतहीन बोल नहीं बोलने चाहिए।”

अ.बापदादा 28.9.69

“जो मददगार हैं, उनको मदद तो सदैव मिलती है। ... यह लेन-देन का हिसाब ठीक रहता है। इस संगम समय पर ही अनेक जन्मों का सम्बन्ध जोड़ना है। स्नेह है सम्बन्ध जोड़ने का साधन। ... ईश्वरीय स्नेह भी तब जुड़ सकता है जब अनेकों के साथ स्नेह समाप्त हो जाता है।”

अ.बापदादा 26.1.70

“एक बाप दूसरा न कोई, ऐसे आदि से सहयोगी बच्चों को बाप का एक्स्ट्रा सहयोग मिलता है। ... ऐसे निमित्त बनने वाली आत्माओं को, आईवेल पर सहयोगी बनने वाली आत्माओं को, ऐसी कोई भी मुश्किल की वेला आती है तो बापदादा भी उन्हें उसका रिटर्न देता है ... यह एक्स्ट्रा गिफ्ट ड्रामा में नूँधी हुई है।”

अ.बापदादा 18.1.86

“अगर एक बार समय पर, बिना कोई संकल्प के, आज्ञा समझा कर जो सहयोगी बन जाते हैं, ऐसे समय के सहयोगियों को बाप-दादा भी अन्त तक सहयोग देने के लिए बाँधा हुआ है। एक बार का सहयोग देने का जम्प अन्त तक सहयोग लेने का अधिकारी बनाता है। एक का

सौ गुणा मिलने से मेहनत कम, प्राप्ति ज्यादा होती है।”

अ.बापदादा 24.12.74

“दिल से कहना मेरा बाबा ... तो बाप हज़ूर हाज़िर हो जायेगा।... एक कदम आपका हिम्मत का और हजार कदम बाप की मदद का है ही है।... हिम्मत नहीं हारना, दृढ़ संकल्प करना, सफलता आपका जन्मसिद्ध अधिकार है।”

अ.बापदादा 4.9.05

“‘बाबा’ शब्द सर्व खजानों की, श्रेष्ठ भाग्य की चाबी है।... चाबी लगाने आती है? चाबी लगाने की विधि है - दिल से जानना और मानना।... दिल से कहा ‘बाबा’ तो खजाने सदा हाज़िर हैं। अखुट खजाने हैं। ... जितना लेना हो, खुली दिल से ले लो। दाता के पास कमी नहीं है।”

अ.बापदादा 21.1.87

“ईश्वर ने तो मत दी है कि ऐसे-ऐसे करो तो तुम्हारी दैवी बुद्धि बन जायेगी। अब हर एक को अपने को आपही मदद करनी है। ... यह ईश्वरीय मत अर्थात् श्रीमत तुम बच्चों को ही मिलती है, जिससे तुम श्रेष्ठ बनते हो।”

सा.बाबा 6.12.05 रिवा.

“व्यर्थ संकल्प स्वप्न-मात्र भी नहीं आयें, ऐसा दृढ़ संकल्प करेंगे तो सफलता सहज अनुभव करेंगे। ... अटेन्शन रखो लेकिन अटेन्शन का टेन्शन नहीं हो।... सदा यह स्मृति में रखो कि बापदादा की मदद अर्थात् सहयोग का हाथ सदा मेरे सिर पर है। यह चित्र सदा इमर्ज रूप में रखो।”

अ.बापदादा 18.02.93 पार्टी 3

“बच्चों की बुद्धि में सब प्वाइन्ट्स रहनी चाहिए। योग में रहने वालों को समय पर मदद अवश्य मिलती है। ... सर्विस करने से मदद भी मिलेगी। जितना किसी को सुख का रास्ता बतायेंगे, उतना खुशी रहेगी।”

सा.बाबा 20.02.06 रिवा.

“हिम्मत हमारी और मदद बाप की है ही है। इस विधि से प्रतिज्ञा प्रैक्टिकल में लाने में बहुत सहज अनुभव करेंगे।... विजय की खुशी, विजय का नशा शक्तिशाली बना देगा।... पाण्डव हो ना।... सदैव यह स्मृति में रखो कि हम सभी सिद्धि स्वरूप आत्मायें हैं।”

अ.बापदादा 1.3.92

“बाप मददगार जरूर है और अन्त तक रहेंगे, यह गॉरण्टी है लेकिन किसके मददगार? जो पहली हिम्मत का पांव आगे करते हैं।... हिम्मत का पांव बढ़ाया और मदद नहीं मिले, यह असम्भव है।”

अ.बापदादा 31.12.96

“बाप की मदद उसको मिलती है, जो हिम्मत रखते हैं। पहले बच्चे की हिम्मत फिर बाप की मदद है। ... मन से भी दिलशिकस्त नहीं बनो।”

अ.बापदादा 18.1.96

“ज्ञानी अर्थात् समझदार। समझदार की निशानी है कभी भी धोखा नहीं खाना और योगी की

निशानी है - सदा क्लीन और क्लियर बुद्धि। ... सेवाधारी की निशानी है - सदा निमित्त और निर्माण भाव। ... सदा अनुभव करो - सर्वशक्तिवान बाप साथ है। बस एक बात भी अनुभव किया तो सबमें पास हो जायेंगे।”

अ.बापदादा 4.12.95

“हिम्मत बच्चे मदद दे बाप। बाप सदा मददगार है। सिर्फ हिम्मत का एक कदम बढ़ाओ और बाप हजार कदम बढ़ाने के लिए बंधा हुआ है।... बाप को शुद्ध दिल वाले प्रिय लगते हैं और आपको बाप प्रिय लगता है।... ये हंसने वाले कल आपको नमस्कार करने वाले हैं।”

अ.बापदादा 31.12.94 सिन्धी ग्रुप

“यहाँ जो श्रीमत पर चलते हैं, उनको बाबा भी बहुत अच्छी मदद करते हैं... योग में रहकर तुम कोई भी चीज़ बनाओ तो कभी खराब नहीं होगी। बुद्धि ठीक रहने से मदद मिलती है। ... चलते-फिरते याद में रहने का अभ्यास करना है। लेट्रिन में भी याद कर सकते हो।”

सा.बाबा 27.4.07 रिवा.

“बाप को जो याद करता है, उसको हर कार्य में बाप की मदद मिल जाती है।... बुद्धि में बार-2 यही स्मृति रखो कि हम परमधाम निवासी हैं, कर्तव्य अर्थ यहाँ आये हैं, फिर वापस जाना है। जितना बुद्धि को इन बातों में बिजी रखेंगे तो बुद्धि भटकेगी नहीं।... मन को जहाँ लगाना है, वहाँ ही लगा रहे।”

अ.बापदादा 24.1.70

याद से प्राप्तियाँ अर्थात् लाभ

आत्मा की बुद्धि में हर समय किसी न किसी वस्तु या व्यक्ति की याद रहती ही है परन्तु परमात्मा और इस विश्व नाटक के ज्ञान की याद से आत्मा की चढ़ती कला होती है और सभी वस्तु या व्यक्तियों की याद से आत्मा की उतरती कला होती है।

परमात्मा और अपने घर परमधाम की याद से आत्मा के पापों का बोझा खत्म होता है, आत्मा कर्मातीत बनती है और कर्मातीत आत्मा ही घर वापस जा सकती है।

आत्मिक स्वरूप में स्थित होकर परमात्मा की याद से ही आत्मा मुक्ति-जीवनमुक्ति का परमसुख अनुभव करती है, जो इस संगमयुग की परम प्राप्ति है।

परमात्मा और इस विश्व-नाटक की याद से ही हम अपने को और इस विश्व को पावन बनाते हैं। हमारी याद से ही तत्त्वों सहित यह विश्व पावन बनता है।

अपने को आत्मा समझ बाप को याद करने से आयु बढ़ती है, दैहिक स्वास्थ्य भी अच्छा रहता है परन्तु इस सत्य को भूलना नहीं है कि आत्माओं का कर्मों का हिसाब-किताब भी है, जो भी आत्मा को भोगना ही पड़ता है और विश्व-नाटक का पार्ट भी अपना काम करता है। परमात्मा

की याद, हिसाब-किताब और ड्रामा का पार्ट तीनों मिलकर अपना काम करते हैं।

“बाप और स्वर्ग को याद करो तो फिर तुम 21 जन्म राज्य करेंगे। 21 पीढ़ी गाई हुई है। और धर्मों में यह नहीं गाई जाती है। किसी भी धर्म वाले को 21 जन्म स्वर्ग की बादशाही नहीं मिलती है। यह भी ड्रामा बना हुआ है।”

सा.बाबा 2.12.08 रिवा.

“बेहद के बाप से ही बच्चों को वर्सा मिलता है। ब्रह्मा द्वारा शिवबाबा बैठ पढ़ाते हैं। हमको दादे का वर्सा मिलता है। ... सबको यह समझाना है कि अभी सर्वशक्तिवान परमपिता परमात्मा से किसका योग ही नहीं है। उनसे तुम योग लगाते हो तो माया पर जीत पाते हो और एकदम विश्व के मालिक बनते हो।”

सा.बाबा 27.11.08 रिवा.

“रूह भी रूह से बातें करते हैं, जिसको रूह-रुहान कहते हैं।... जैसे-जैसे रुहानी स्थिति में स्थित होते जायेंगे, वैसे-वैसे रूह रूह की बात को सहज ही और स्पष्ट जान लेंगे। जेसे इस दुनिया में मुख द्वारा वर्णन करने से एक-दो के भाव को जानते हो।”

अ.बापदादा 22.1.70

“वैसे-वैसे नयनों के इशारों से किसके मन के भाव को जान जायेंगे।... इसके लिए आवश्यकता है बुद्धि की लाइन क्लियर हो। बुद्धि में कोई डिस्टरवेन्स होगा वा लाइन क्लियर नहीं होगी तो एक दो के संकल्प और भाव को जान न सकेंगे। लाइन क्लियर न होने के कारण संकल्पों की मिक्सचेरिटी हो सकती है।”

अ.बापदादा 22.1.70

योग और अतीन्द्रिय सुख

योग अर्थात् परमात्मा की याद और परमात्मा की याद में देह से न्यारे हो जाना अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति का मूल मन्त्र है। परमात्मा की याद से आत्मा को अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति होती है। अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति का आधार कोई स्थूल साधन नहीं होता है, इसलिए वह सुख स्थाई होता है और जितना उसका उपभोग करते हैं अर्थात् उसमें गहरा जाते हैं, वह वृद्धि को प्राप्त होता है, जबकि अन्य सभी प्रकार के सुखों का जितना उपभोग करते हैं, उनकी उपयोगिता घटती जाती है अर्थात् उसका सुख घटता जाता है। बाबा ने कहा है ऐसे नहीं कि ज्ञान मार्ग में ही अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति होती है, भक्ति में भी अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति होती है क्योंकि उसमें भी जाने-अन्जाने परमात्मा को याद करते हैं और उसकी याद में तल्लीन हो जाते हैं। अभी संगमयुग पर हम जो परमात्मा की याद से देह से न्यारे होकर अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति करते हैं, उस सुख और साधना की स्मृति स्वरूप जब भक्ति मार्ग में दुख-अशानति होती है तो आत्मायें यथार्थ ज्ञान न होते भी साधना करती हैं और देह से न्यारे

होकर या अपने इष्टदेव को परमात्मा समझ उसकी स्मृति में तल्लीन होकर अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति करते हैं।

“साइन्स के साधन हमको सुख नहीं दे रहे हैं परन्तु हम इन साधनों को ईश्वरीय सेवा में यूज कर रहे हैं और वह सेवा हमको सुख दे रही है ... हमारा अपना सुख है अर्थात् बाप ने जो दिया है, वह हमको सुख दे रहा है, बाप का साथ हमको सुख दे रहा है। ... ‘ओम् शान्ति’ की स्मृति से हम शान्त हो जाते हैं और ‘हमसो, सोअहम्’ की स्मृति आने से हमको नशा चढ़ जाता है।”

दादी जानकी 28.10.08

“हर एक को देखना चाहिए कि हमारी बुद्धि की लाइन क्लियर है। बुद्धि में कोई भी किसी भी प्रकार का विघ्न तो नहीं है। बुद्धि का बाप के साथ सम्बन्ध अटूट, अटल, अथक है। इन तीनों बातों में एक बात की भी कमी है तो समझना चाहिए कि बुद्धि की लाइन क्लियर नहीं है।”

अ.बापदादा 22.1.70

“जब चाहो तब शरीर का आधार ले कर्म करो और जब चाहो तब शरीर के भान से न्यारे अशरीरी हो जाओ। ... इस अनुभव को अब बढ़ाना है। बिल्कुल ऐसे ही अनुभव हो जैसे की यह स्थूल चोला अलग है और चोले को धारण करने वाली आत्मा अलग है।”

अ.बापदादा 22.1.70

“एक सेकण्ड में चोले से अलग कौन हो सकेंगे ... अपने संस्कारों में कोई भी इज़ीपन न होगा तो फिर अशरीरीपन का अनुभव कर न सकेंगे। इसलिए इज़ी और एलर्ट ... इज़ी और एलर्ट रहने वाले ही इस अभ्यास में रह सकेंगे।”

अ.बापदादा 22.1.70

याद और स्वास्थ्य

आत्मा को जीवन में सच्चा सुख अनुभव करने के लिए शारीरिक और मानसिक दोनों प्रकार का स्वास्थ्य होना अति आवश्यक है। बाबा ने तो इस सत्य का भी ज्ञान दिया है कि जीवन में सच्चा सुख प्राप्त करने के लिए तन, मन, जन और धन तीनों का स्वस्थ होना आवश्यक है। परन्तु इन सब का हमारी याद से क्या सम्बन्ध है, उसको भी जानना अति आवश्यक है। मनुष्य की याद अर्थात् स्मृति का उसकी दैहिक और मानसिक दोनों स्थितियों पर प्रभाव होता है और मानसिक स्वास्थ्य और दैहिक स्वास्थ्य एक दूसरे के पूरक हैं अर्थात् जीवन में सच्चा सुख पाने के लिए दोनों का स्वस्थ होना अति आवश्यक है।।

याद और मानसिक स्वास्थ्य

परमात्मा की याद से जीवन में उनके ज्ञान-गुण-शक्तियों का अनुभव होता है, उनकी

धारणा होती है, जिससे पहले तो मन में कोई बीमारी आती नहीं है और आती है तो उस ज्ञान-गुण-शक्तियों से उसका सहज निदान हो जाता है क्योंकि मानसिक बीमारियों का मूल कारण अज्ञानता और अज्ञानता जनित विकर्म हैं। जब मानसिक बीमारियों का निदान हो जाता है तो मन स्वस्थ होता है और स्वस्थ मन से आत्मा सुख-शान्ति का अनुभव करती है। मनोचिकित्स भी मनुष्य की स्मृति और चिन्तन में परिवर्तन करके मानसिक रोगों का निदान करते हैं।

याद और शारीरिक स्वास्थ्य

याद और ग्रन्थियों से रस-स्राव

आत्मा को जिस समय जैसी याद होती है, उस अनुसार ही उसके संकल्प और कर्म होते हैं, जो जीवात्मा के सुख-दुख में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। आत्मा के संकल्पों के अनुसार ही शारीरिक ग्रन्थियाँ रस स्राव करती हैं, जिसके पर शारीरिक स्वास्थ्य का आधार होता है। इन ग्रन्थियों से स्रवित रस जीव अर्थात् शरीर में अनेक प्रकार के रोगों को भी जन्म देता है तो अनेक रोगों का निदान भी करता है क्योंकि इन रसों पर ही शरीर विकास निर्भर करता है। इसलिए बाबा ने अनेक बार कहा है कि यदि तुम्हारा योग सही होगा तो तुम्हारा स्वास्थ्य अच्छा रहेगा, आयु भी बढ़गी। याद से दैहिक स्वास्थ्य का गहरा सम्बन्ध है। जैसी स्मृति होती है, उस अनुसार संकल्प चलते हैं और स्मृति और संकल्पों के शारीरिक ग्रन्थियों से रस-स्राव होता है। संकल्प से रक्त भी विषाक्त हो जाता है, जिससे कभी-कभी जीवन हानि भी हो जाती है।

योग, बाप की याद और फुल-स्टॉप

अव्यक्त बापदादा बार-बार फुल स्टॉप लगाने की बात कहते हैं, उसके सतत अभ्यास के लिए प्रेरणा देते हैं परन्तु फुल स्टॉप लगे कैसे या लगता क्यों नहीं है, यह विचारणीय है। बाबा ने तीन बिन्दियों की बात कही है अर्थात् आत्मा बिन्दी, परमात्मा बिन्दी और ड्रामा की हर सीन बिन्दी क्योंकि सारा ड्रामा पूर्व निश्चित है तो संकल्प-विकल्पों का प्रश्न ही नहीं उठता है। इन तीनों में कोई भी एक यथार्थ रीति याद है तो फुल-स्टॉप लग ही जायेगा अर्थात् कोई संकल्प चलेगा ही नहीं। फुल स्टॉप को ही हठयोग में निर्संकल्प समाधि के रूप में कहा गया है। ज्ञान मार्ग में भी बीजरूप स्थिति और फुल-स्टॉप समान स्थितियों के ही पर्यावाची शब्द हैं।

“चेक करो, हर बात सामने लाओ। चाहे आत्मा, चाहे परमात्मा, चाहे चक्र सभी में अनुभवीमूर्त कहाँ तक बने हैं? अभी किसी भी परिस्थिति में स्व-स्थिति पर स्थित रह सकते हो? मन की एकाग्रता (ड्रिल) तीन बिन्दियों का स्मृति स्वरूप बन सकते हो ना! बस फुल-स्टॉप।”

अ.बापदादा 2.4.08

“संस्कार ऐसे बनाओ, जो दूर से ही आपको देखकर पवित्रता के वायब्रेशन लें। ... बाप के पास जब भी कोई बच्चा पहले आता है तो बाप का कौनसा वरदान मिलता है? याद है? पवित्र भव, योगी भव। तो दोनों बात को एक पवित्रता और दूसरा फुल स्टॉप अर्थात् योगी।”

अ.बापदादा 30.11.08

याद और ज्ञान का सम्बन्ध

ज्ञान और योग एक ही सिक्के दो पहलू हैं अथवा कहें कि एक ही गाड़ी के दो पहिये हैं जो साथ-साथ या समानान्तर चलते हैं तब ही गाड़ी ठीक चलती है। परमात्मा की याद से परमात्मा के ज्ञान की स्वतः धारणा होती है और जब परमात्मा के द्वारा दिया गया ज्ञान बुद्धि में होता है तो उनकी याद स्वतः आती है।

“विश्व में शान्ति स्थापन करना तो एक शान्ति के सागर बाप का ही काम है। ... दिन-प्रतिदिन प्वाइन्ट्स मिलती रहती है। किसको समझाने की भी पॉवर चाहिए। योगी की पॉवर अच्छी होगी। बाबा कहते ज्ञानी तू आत्मा मुझे अति प्रिय है परन्तु ऐसे नहीं कि योगी प्रिय नहीं है। जो ज्ञानी होंगे, वे योगी भी अवश्य होंगे। ... योग बिगर धारणा नहीं होगी।”

सा.बाबा 31/28.12.08 रिवा.

परमात्मा की याद और भारत-भूमि

प्राचीन भारत के राजयोग की बहुत महिमा है। अभी बाप वह राजयोग सिखला रहे हैं। अपने को आत्मा समझकर परमात्मा की स्नेहमयी याद ही सच्चा योग है, जिससे आत्मा पावन बनती है और भारत अर्थात् सारा विश्व स्वर्ग बनता है। ज्ञान सागर परमात्मा आकर सत्य ज्ञान देकर और राजयोग सिखलाकर भारत में स्वर्ग की स्थापना करते हैं, इसलिए भारत का राजयोग गाया हुआ है।

“इस समय भारत में राजाई तो है नहीं। तुम इस राजयोग से राजाओं का राजा बनते हो अर्थात् तुम जानते हो कि जो विकारी राजायें हैं, उनके भी हम राजा बन रहे हैं। ... हम बाप के साथ योग रखने से भारत को पवित्र बनाते हैं और चक्र के आदि-मध्य-अन्त की नॉलेज धारण कर हम चक्रवर्ती राजा बन रहे हैं।”

सा.बाबा 6.10.08 रिवा.

“भारत में शिव जयन्ति मनाई जाती है तो जरूर शिवबाबा ने भारत में आकर हेविन बनाया है, जो अब फिर बना रहे हैं। जो प्रजा बनने वाले होंगे, उनकी बुद्धि में यह सब कुछ बैठेगा नहीं। जो राजाई पद पाने वाले होंगे, वे समझेंगे बरोबर हम शिवबाबा के बच्चे हैं।”

सा.बाबा 22.01.09 रिवा.

“तुम जानते हो भारत जीवनमुक्त था, अब जीवनबन्ध है। दुख से लिबरेट करने वाला बाप ही है। ... लक्ष्मी-नारायण को याद करने से तो कुछ मिलता नहीं है।... राधे-कृष्ण ही लक्ष्मी-नारायण बनते हैं। शिवबाबा इनको राजयोग से यह पद दिलाते हैं।... जिनसे वर्सा मिलता है, उनको याद करना है।”

सा.बाबा 25.9.08 रिवा.

याद के सम्बन्ध में ईश्वरीय महावाक्य

साकार बाबा के आदि के और बाद के महावाक्य

अव्यक्त बापदादा के पार्ट के आदि समय के महावाक्य

अव्यक्त बापदादा के पार्ट के वर्तमान समय के महावाक्य

याद के सम्बन्ध में पहले भी और यहाँ भी तीनों प्रकार के महावाक्य अर्थात् साकार बाबा के, अव्यक्त पार्ट के आदि समय के और वर्तमान समय के महावाक्यों में दिया गया है। उन महावाक्यों पर विचार करेंगे तो तीनों में कुछ समानता है तो कुछ भिन्नता भी है। समानता तो इसलिए है कि आदि से अब तक ज्ञान देने वाला अर्थात् पढ़ाने वाल एक ही बाप है और लक्ष्य भी एक ही है परन्तु भिन्नता इसलिए है कि यह पढ़ाई है। बाबा ने अनेक बार कहा है कि यह पढ़ाई है, सारा ज्ञान एक साथ तो नहीं पढ़ायेगे। प्राइमरी की पढ़ाई और आई.सी.एस. की पढ़ाई में अन्तर जरूर होगा। पहले तुम प्राइमरी की पढ़ाई पढ़ते थे, अभी आई.सी.एस. की पढ़ाई पढ़ रहे हो। पहले ब्रह्मा बाबा को ही भगवान समझते थे, आत्मा को अंगुष्ठाकार समझते थे। बाद में बाबा आत्मा-परमात्मा का स्वरूप बिन्दरूप बताया। अभी घर जाने का समय पास आ गया है, इसलिए बाबा बार कहते हैं कि तुम चलते-फिरते अपने को फरिश्ता रूप में देखो, काम करते साकारी, आकारी, निराकारी स्वरूप में स्थित होने का अभ्यास करो, अपने पाँच स्वरूपों को याद करो ...। बाबा ने कहा है - यह पढ़ाई है और पढ़ाई में जैसे-जैसे क्लास आगे बढ़ता है तो पढ़ाई ऊंची होती जाती है। देश-काल-परिस्थितियों के अनुसार भी परिवर्तन होता है। साकार बाबा के समय की अपेक्षा अभी समय सम्पन्नता के निकट पहुँचता जा रहा है तो याद में भी जरूर परिवर्तन अवश्य होगा। बाबा ने कहा है जब लक्ष्य के निकट पहुँचते हैं तो वहाँ के दृश्य बुद्धि में आने लगते हैं।

“यह नॉलेज भी तुमको अभी है। तुम्हारा यह जन्म हीरे जैसा है। देवतायें तो प्रालब्ध भोगते हैं। वह प्रालब्ध देने वाला बाप वण्डरफुल है। ऐसे पारलौकिक बाप का कितना रिगार्ड रखना चाहिए। बुद्धियोग इस ब्रह्मा में नहीं, उनमें रखना है। वह बाप पढ़ाते हैं इस द्वारा।”

सा.बाबा 24.9.08 रिवा.

“वह समय भी आयेगा, जैसे-जैसे अव्यक्त स्थिति में स्थित होते जायेंगे, वैसे-वैसे नयनों के इशारों से किसके मन के भाव को जान जायेंगे। ... जैसे बापदादा के सामने आते हो तो बिना सुनाये हुए भी आप सभी के मन संकल्प, मन के भावों को जान लेते हैं।”

अ.बापदादा 22.1.70

“जब बुद्धि की लाइन क्लियर होगी तो उसके भविष्य ऐसा ही स्पष्ट होगा जैसे वर्तमान स्पष्ट होता है। उसके लिए वर्तमान और भविष्य एक समान हो जायेंगे। जैसे साइन्स ने टी.वी. द्वारा दूर का दृश्य ... इसी रीति से जिनका पुरुषार्थ क्लियर होगा, उनको भविष्य की हर बात दूर होते भी नज़दीक दिखाई पड़ेगी।”

अ.बापदादा 22.1.70

“जैसे सूर्य जब अपने पूरे प्रकाश में आ जाता है तो हर चीज़ स्पष्ट देखने में आती है। उस समय अन्धकार, धुन्ध आदि जो होती है, वह खत्म हो जाती है इस रीति जब सर्वशक्तिवान ज्ञान सूर्य के साथ अटूट सम्बन्ध है तो अपने आप में भी हर बात स्पष्ट देखने में आयेगी।”

अ.बापदादा 22.1.70

“बापदादा को हर बच्चा दिल का दुलारा है।... हर कल्प का सिकीलधा बच्चा है। इसलिए अपने सिकीलधे बनने के भाग्य को सदा याद रखो। ... दिल से कहो - मेरा बाबा। दिल की कमजोरी भी है तो भी बाप साथ नहीं देगा। दिल साफ मुराद हासिल। किचड़े वाली दिल में बाप नहीं आता।”

अ.बापदादा 31.12.08

“और बाप समान बने तो निश्चित है कि जैसे ब्रह्मा बाप फरिश्ता बना और निश्चित है कि फरिश्ता सो देवता बनना ही है। तो आपको भी फरिश्ता सो देवता बनना ही है। ... याद करो ब्रह्मा बाप समान बनना है तो स्थापना के आदि में ब्रह्मा बाप ने कितने ऑपोजीशन को पोजीशन में परिवर्तन किया। हर बात नई, चेलेन्ज थी, अभी तो जमाना बदल गया है लेकिन अकेले ब्रह्मा बाप ने कितने स्वमान की सीट पर बैठकर पोजीशन द्वारा ऑपोजीशन का सामना किया।”

अ.बापदादा 31.12.08

“शिवबाबा ऐसी तिरकनी चीज़ है, जो घड़ी-घड़ी भूल जाती है। बाप बिल्कुल सहज रास्ता बताते हैं कि मुझे याद करो तो तुम्हारे पाप भी कट जायेंगे और तुम मेरे पास भी आ जायेंगे। ... नहीं तो फिर सज़ा खानी पड़ेगी।”

सा.बाबा 11.10.08 रिवा.

“तृप्त आत्मा जो होती है, उसका विशेष गुण है निर्भयता और सन्तुष्ट रहना। जो स्वयं सन्तुष्ट रहता है और दूसरों को सन्तुष्ट करता है, उसमें सर्वगुण आ जाते हैं।... शक्तियों के गले में सदैव विजय की माला होती है। शक्ति रूप की विस्मृति से विजय भी दूर हो जाती है।”

अ.बापदादा 5.4.70

“अभी तुम बच्चों को आत्माभिमानी बनना चाहिए। मनुष्य तो सब हैं देहाभिमानी। जब आत्माभिमानी बनें तब परमात्मा को याद कर सकें। पहले-पहले हैं आत्माभिमानी बनने की बात।”

सा.बाबा 25.12.08 रिवा.

“यहाँ तुमको सिर्फ चुप रहना है। ‘मन्मनाभव’ - यही सतगुरु का सहज वशीकरण मन्त्र है। ... देह सहित सब बातें छोड़ अपने को आत्मा समझ मामेकम् याद करो।”

सा.बाबा 5.12.08 रिवा.

“हमारा बाप सर्वशक्तिवान है, हम सूर्यवंशी हैं ... अपना बाप और अपना वंश याद रखेंगे तो माया कुछ भी नहीं कर सकेगी। ... सूर्यवंशी सितारे माया के अधीन हो नहीं सकते।”

अ.बापदादा 25.1.70

“अभी तुम्हारी बुद्धि का भटकना बन्द हो गया है क्योंकि तुम्हारी बुद्धि को ठिकाना मिल गया है। बेहद के बाप को याद करो। ... सतोप्रधान बनना है, इसलिए अपनी बुद्धि को एक बाप के साथ लगाओ, अब वापस जाना है। और कोई को पता ही नहीं कि हमको वापस घर जाना है।”

सा.बाबा 15.01.09 रिवा.

“जब यहाँ बैठते हो तो हमेशा ऐसे समझो - मैं आत्मा हूँ, मुझे बाप का फरमान मिला हुआ है मुझे याद करो और सबको भूल जाओ।”

सा.बाबा 9.10.08 रिवा.

“व्यक्त से अव्यक्त और अव्यक्त से व्यक्त में आना - यह सीढ़ी चढ़ना और उतरना है। ... एक आंख में अव्यक्त सम्पूर्ण स्थिति हो और दूसरी आंख में राज्य पद तो ऐसे ही स्पष्ट देखने में आयेगे जैसे साकार रूप में दिखाई पड़ता था।”

अ.बापदादा 24.1.70

“मनुष्य जिस्मानी तीर्थ करते हैं। अभी यह रुहानी तीर्थ सिर्फ तुम ही जानते हो। रुहानी सुप्रीम बाप ने समझाया है - मन्मनाभव, और सब जिस्मानी तीर्थ आदि छोड़ो।”

सा.बाबा 3.10.08 रिवा.

“बाप कहते हैं - मन्मनाभव। इस देह को भी याद नहीं करना है। हम आत्मा एक्टर हैं, शिवबाबा की सन्तान हैं। लगातार याद में रहना है।... अपना बुद्धियोग बाप से ही लगाना है। कोई से लड़ाई-झगड़ा नहीं करना है।”

सा.बाबा 3.10.08 रिवा.

“यह भी मरजीवा बने हो ना। तो पिछले जीवन की स्मृति और दृष्टि ऐसे ही खत्म हो जानी चाहिए, जैसे शरीर छोड़ने पर पुराने जीवन की बात स्मृति में नहीं रहती है।”

अ.बापदादा 23.1.70

“बाप कहते - बच्चे, छी-छी मत बनो, माया से हार नहीं खाओ।... बाप के मददगार बन फिर हार खाये तो नाम बदनाम कर देते हैं। ... बाप कहते - देह सहित जो कुछ देखते हो, उन सबको भूल जाओ।”

सा.बाबा 6.10.05 रिवा.

“रुहानी बाप रुहानी बच्चों को कहते हैं - मैं तुमको राह तो दिखलाता हूँ परन्तु पहले अपने को आत्मा निश्चय कर बैठो, देही-अभिमानि होकर बैठो तो फिर तुमको राह बहुत सहज देखने में आयेगी।”

सा.बाबा 7.10.05 रिवा.

“बाप कहते हैं - देह सहित देह के सर्व सम्बन्धों को भूल जाना है। एक बाप को याद करना है। आत्मा को यहाँ ही पवित्र बनना है। याद नहीं करेंगे तो फिर सजायें खानी पड़ेंगी। इसलिए याद की मेहनत करो।”

सा.बाबा 7.10.05 रिवा.

“बेहद का राज्य-भाग्य प्राप्त करने वालों को पहले इस समय अपनी देह की हद से परे जाना पड़ेगा। अगर देहभान की हद से निकले तो और सभी हद से निकल ही जायेंगे। ... देह की हद कभी भी उड़ने नहीं देगी। ... सदा यह नशा रखो कि बेहद के बाप के बालक और बेहद के वर्से का मालिक हूँ अर्थात् बालक सो मालिक हूँ।”

अ.बापदादा 17.12.89

“मेरापन का बोझ फरिश्ता बनने नहीं देगा। कोई भी मेरापन मेरा स्वभाव, मेरा संस्कार, मेरी नेचर, कुछ भी मेरा है तो बोझ है और बोझ वाला उड़ नहीं सकता, फरिश्ता बन नहीं सकता। ... मेरापन अर्थात् मैलापन।... सर्व के प्यारे, इसको कहा जाता है फरिश्ता। कोई-कोई के प्यारे तो फरिश्ते नहीं।... सर्व के प्रति कल्याण की भावना हो।”

अ.बापदादा 10.1.94 पार्टी 2

“थकने का मतलब है देहाभिमान बनना। ... देहाभिमान में आने से धन्धाधोरी, बच्चे याद आ जाते हैं।... धन्धाधोरी, बच्चों आदि के चिन्तन में मरेंगे तो मुफ्त में अपनी बरबादी कर देंगे। ... देही-अभिमानि बनने में ही आबादी होती है।”

सा.बाबा 26.7.06 रिवा.

“जब तक तुम अपने को आत्मा नहीं समझेंगे, तब तक बाप को भी याद नहीं कर सकेंगे। ... जब तक आत्मा को ही नहीं जानते हो तब तक आत्मा के बाप को कैसे जान सकेंगे। ... घड़ी-घड़ी अपने को आत्मा निश्चय करो, आत्माभिमानि बनो।”

सा.बाबा 24.5.06 रिवा.

- परमात्मा की याद से आत्मा अपने को देह से न्यारा उड़ती कला का अनुभव करती है और विश्व-कल्याण की सेवा में प्रवृत्त रहती है।

“एक बीज से योग अर्थात् कनेक्शन होने के कारण सर्व आत्मायें अर्थात् पूरे वृक्ष के साथ कनेक्शन हो ही जाता। तो कनेक्शन का अटेन्शन रखो। तो सहयोगी बनने के लिए पहले अपने आप से पूछो कि कितना और कैसा योगी बना हूँ। अगर सम्पूर्ण योगी नहीं तो सम्पूर्ण सहयोगी नहीं बन सकते।”

अ.बापदादा 13.3.71

“विघ्नों का सामना करने के लिए पहले चाहिए परखने की शक्ति, फिर चाहिए निर्णय करने की शक्ति। ... निर्णय के बाद ही सहनशक्ति धारण कर माया का सामना कर सकेंगे। ... हार से बचने के लिए परखने की शक्ति और निर्णय करने की शक्ति को बढ़ाना है। ... अशरीरी, निराकारी और कर्म में न्यारापन निर्णय शक्ति को बढ़ाने के लिए बहुत आवश्यक है।”

अ.बापदादा 26.6.69

“महारथी अर्थात् इस रथ पर सवार, अपने को रथी समझे।... जैसे योद्धे सर्व व्यक्तियों, सर्व वैभवों का किनारा कर ‘युद्ध और विजय’ - इन दो बातों को सिर्फ बुद्धि में रखते हुए अपने लक्ष्य को पूर्ण करने में लगे हुए होते हैं। ... ऐसे योद्धे बने हो ? ... योद्धे कभी भी आलस्य और अलबेलेपन की स्थिति में नहीं रहते। कभी शस्त्रों के बिना नहीं रहते। ... भय के वशीभूत नहीं होते हैं।”

अ.बापदादा 13.6.73

“एक तो संग्रह करने की शक्ति और दूसरी संग्राम करने की शक्ति। संग्रह करने की शक्ति भी अति आवश्यक है। ... जिसमें जितनी ज्ञान रत्नों को संग्रह करने की शक्ति है उतनी ही उसमें संग्राम करने की भी शक्ति रहती है।”

अ.बापदादा 18.3.71

“शिवबाबा को याद करो तो तुम्हारी आत्मा और शरीर दोनों सुन्दर बन जायेंगे। ... सतयुग में शरीर और आत्मा दोनों सुन्दर हैं, कलियुग में श्याम बनते हो। तुम ही सुन्दर से श्याम और श्याम से सुन्दर बनते हो।”

सा.बाबा 10.9.08 रिवा.

“मैं हूँ अविनाशी आत्माओं का अविनाशी बाप। ... जिसको भक्ति मार्ग में सभी रूहें याद करती हैं। ... बाप ने समझाया है - मैं सभी भक्तों को मुक्ति-जीवनमुक्ति देता हूँ। ... तुम बच्चों को यह सिद्ध कर बताना है कि हम अभी बेहद के पारलौकिक बाप से बेहद का वर्सा ले रहे हैं।”

सा.बाबा 13.9.08 रिवा.

“मनुष्य मरते हैं तो देह सहित सब कुछ भूल जाते हैं।... तुम शरीर होते हुए भी अशरीरी रहते हो क्योंकि तुम्हारा तैलुक अब बाप से हो गया है।... देह-अभिमान होने के कारण परमात्मा को याद नहीं कर सकते।”

सा.बाबा 16.9.08 रिवा.

“सारा दिन कोई याद में रहे तो कर्मातीत अवस्था हो जाये। ... अपने को मियां मिट्टू नहीं समझना है कि मैं तो सम्पूर्ण हो गया हूँ। सम्पूर्ण होते ही हैं शिवालय सतयुग में।”

सा.बाबा 19.9.08 रिवा.

“जितना याद करेंगे और स्वदर्शन चक्र फिरता रहेगा, उतना ही फायदा है। बीज को याद करने से झाड़ भी याद आयेगा। ... यह बड़े मजे की नॉलेज है। परन्तु तकदीर में नहीं है तो बुद्धि में बैठता नहीं है।”

सा.बाबा 19.9.08 रिवा.

“परमात्मा को सब याद करते हैं। ... देवताओं और असुरों की कोई लड़ाई नहीं हुई है। देवतायें तो रहते हैं स्वर्ग में। तुम्हारी लड़ाई है माया 5 विकारों से। ... याद करने की प्रैक्टिस नहीं है, इसलिए बुद्धि और-और तरफ भटकती रहती है।”

सा.बाबा 20.9.08 रिवा.

“अव्यक्त दुनिया में आवाज़ नहीं है। इसलिए बाप सभी बच्चों को आवाज़ परे जाने की ड्रिल सिखला रहे हैं। एक सेंकेण्ड में आवाज़ में आना और एक सेकण्ड में आवाज़ से परे हो जाना। ऐसा अभ्यास वर्तमान समय में बहुत आवश्यक है।”

अ.बापदादा 22.1.70

“तुम समझते हो हमारा बाबा आया हुआ है, हमको योग से पवित्र बना रहे हैं। ... यहाँ बच्चों को सम्मुख रहने से भासना आती है। ... तुम जानते हो - बाबा ज्ञान और योग बल से हमको सो देवी-देवता बनाते हैं।”

सा.बाबा 22.9.08 रिवा.

“हम आत्मा हैं, परमपिता परमात्मा से वर्सा ले रहे हैं - यह निश्चय नहीं है, कोई संशय है तो ऊंच पद पा नहीं सकेंगे। ... यहाँ यह वण्डर है कि कहते भी हैं - परमपिता परमात्मा हम सब आत्माओं का बाप है, वह हमको पढ़ाते हैं फिर भी बाप को भूल जाते हैं।”

सा.बाबा 24.9.08 रिवा.

“बाप को याद करो तो तुम्हारे विकर्म विनाश होंगे। विकर्म तो जन्म-जन्मान्तर के सिर पर बहुत हैं। तुम जानते हो मम्मा-बाबा, जिनको ब्रह्मा-सरस्वती कहते हैं, जो नम्बरवन में हैं, वे भी खुद कहते हैं - इतना योग लगाते हैं, मेहनत करते हैं तो भी अनेक जन्मों के पाप कटे नहीं हैं, कुछ न कुछ भोगना पड़ता है। अन्त में इस भोगना से छूट कर्मातीत अवस्था को पाना है।”

सा.बाबा 24.9.08 रिवा.

“मुरली सुनने से ही तुम राज्य पद पाते हो। और कोई का भाषण सुनने से स्वर्ग का मालिक बनेगे क्या? ... टेप रिकार्ड लेकर सेवा में देना, मकान लेकर देना कितनी अच्छी सर्विस है। ... अन्त में बहुत मकान मिलेंगे, लेकर क्या करेंगे, मुफ्त में पैसा भरकर क्यों दें। बाप पक्का

सौदागर है।”

सा.बाबा 16.9.08 रिवा.

“वर्तमान समय जो कर्म कर रहे हो, वे भविष्य के लॉ बन रहे हैं।... सभी के हर संकल्प भविष्य के लॉ बन रहे हैं तो कितना ध्यान देना चाहिए।... विधि और विधान दोनों के साथ ही विधाता की याद आती है। अगर विधाता ही याद रहे तो विधि और विधान दोनों साथ स्मृति में रहेंगे।”

अ.बापदादा 7.6.70

“विधाता को भूलने से कब विधि छूट जाती है और कब विधान छूट जाता है। जब दोनों साथ रहेंगे तब सफलता गले का हार बन जायेगी।”

अ.बापदादा 7.6.70

“सबसे बड़ा पुण्य है बाप को याद करना। याद से ही पुण्यात्मा बनेंगे।... सबसे जास्ती काम के वश होने से जो जमा हुआ, वह ना हो जाता है। फायदे के बदले नुकसान हो जाता है। सतगुरु का निन्दक ठौर न पाये।”

सा.बाबा 27.01.09 रिवा.

“बहुत विकर्म होते रहते हैं। ऐसा कोई खाली दिन नहीं, जो विकर्म न होते हों। एक मुख्य विकर्म यह करते हो, जो बाप के फरमान को ही भूल जाते हो। बाप फरमान करते हैं - मन्मनाभव, अपने को आत्मा समझो। यह फरमान नहीं मानते हो तो जरूर विकर्म ही होंगे।”

सा.बाबा 28.01.09 रिवा.

याद की लगन को अग्नि रूप बनाओ। जब लगन अग्नि रूप बन जाती है तो अग्नि में सब भस्म हो जाता है।... याद को शक्तिशाली अग्नि रूप बनाओ, फिर वह दिन आ जायेगा जो सम्मुख पहुँच जायेंगे।

अ.बापदादा 1.02.09 रिवा. पार्टी

“रुहानी बाप रुहानी बच्चों को समझाते हैं, पढ़ाते हैं और योग सिखलाते हैं। योग कोई बड़ी बात नहीं है। जैसे बच्चे पढ़ते हैं तो टीचर के साथ जरूर योग रहता है, जानते हैं कि हमको फलाना टीचर पढ़ाते हैं।... टीचर को कहना नहीं पड़ता है कि मेरे साथ योग लगाओ।”

सा.बाबा 2.02.09 रिवा.

“याद से ही बल मिलेगा, बड़ी खुशी होगी और तन्दुरुस्ती भी अच्छी रहेगी। फिर दूसरे जन्म में भी शरीर तेजस्वी मिलेगा।... ये बड़ी समझने की बातें हैं।... तमोप्रधान से सतोप्रधान याद की यात्रा से ही बनना है।”

सा.बाबा 4.02.09 रिवा.

“अर्जुन और भील का भी मिसाल दिखाते हैं। अर्जुन से भी भील तीखा हो गया वाण मारने में। अर्जुन अर्थात् जो घर में रहते हैं, समर्पित हैं, रोज़ सुनते हैं। उनसे बाहर रहने वाले तीखे हो जाते हैं। जिनमें ज्ञान-योग का जौहर है, उनके आगे वे भरी ढोते हैं।”

सा.बाबा 12.02.09 रिवा.

“तुमको अब बुद्धि लगानी है बेहद में। बाप कहते हैं सिवाए बेहद के बाप से और किससे कुछ

भी मिलना नहीं है।”

सा.बाबा 16.02.09 रिवा.

परमात्मा हमारा बाप है, अभी हमारा नाटक में पार्ट पूरा हुआ, अब हम घर जा रहे हैं ... जब ये स्मृति होगी, तब ही इस देह और देह की दुनिया से वैराग्य आयेगा, इससे उपराम होंगे।

दादी जानकी 16.2.09

“इसमें एकान्त में विचार सागर मन्थन करना होता है। रात्रि को जो बच्चे पहरा देते हैं, उनको टाइम बहुत अच्छा मिलता है, वे बहुत याद कर सकते हैं। बाप को याद करते स्वदर्शन चक्र भी फिराते रहो। याद करेंगे तो खुशी में नींद भी फिट जायेगी। जिसको धन मिलता है, वह बहुत खुशी में रहता है।”

सा.बाबा 18.02.09 रिवा.

“बाप कितना प्यार से समझाते रहते हैं। बाप को कितना प्यार से याद करना चाहिए। बाबा से बातें करनी हैं। बाबा, आपकी तो कमाल है, हम कितने पत्थरबुद्धि थे, आप हमको कितना ऊंच बनाते हो। आपकी मत बिगर हम और किसकी मत पर नहीं चलेंगे।”

सा.बाबा 21.02.09 रिवा.

“ऐसे नहीं कि घर बैठे भी वह ज्ञान देने वाली याद आती रहे, बड़ी मीठी है, बहुत अच्छा समझाती है। अरे, मीठा तो ज्ञान है, मीठी आत्मा है, शरीर थोड़ेही मीठा है। कभी भी शरीर पर आशिक नहीं होना है।”

सा.बाबा 25.02.09 रिवा.

“तुम बाप के डायरेक्शन पर औरों को समझाते रहो। तुम थोड़ेही पतित-पावन ठहरे।... वारी जाना है तो शिवबाबा पर ही और सबकी याद छूट जानी चाहिए।... यहाँ तो एक शिवबाबा, दूसरा न कोई।... माँ तो फिर भी देहधारी हो जाती है। तुमको विदेही बाप से ही वर्सा मिलना है। इसलिए और सब बातें छोड़ एक से ही बुद्धियोग लगाना है।”

सा.बाबा 25.02.09 रिवा.

“इस योगबल से ही तुम्हारे से सारा किचड़ा निकल जाता है। पढ़ाई से किचड़ा नहीं निकलता है। याद से सब किचड़ा भस्म हो जाता है, कट सारी निकल जाती है।”

सा.बाबा 2.03.09 रिवा.

“पहले हम शूद्र वर्ण के थे, अब ब्राह्मण वर्ण के बने हैं, प्रजापिता ब्रह्मा के बच्चे हम ब्राह्मण हैं - यह तो बहुतों को भूल जाता है। ... ब्राह्मण कुल के हैं, फिर देवता कुल के बनेंगे - यह याद रहे तो नशा भी चढ़े। भूल जाते हैं तो नशा नहीं चढ़ता है।”

सा.बाबा 5.03.09 रिवा.

“किसको घायल करने में योगबल चाहिए। ... योगबल से तुम किसको कशिश कर सकेंगे। अभी बच्चे भल भाषण अच्छा करते हैं परन्तु योग की कशिश कम है। मुख्य बात है योग

की। ...इस ज्ञान-योग से तुम्हारे अन्दर डान्स होती है। बाप की याद में रहते-रहते तुम अशरीरी बन जाते हो। बुद्धि में ज्ञान भी चाहिए।”

सा.बाबा 7.03.09 रिवा.

“बाप बैठकर सब आत्माओं को समझाते हैं। शरीर भी याद पड़ता है तो आत्मा भी याद पड़ती है। शरीर बिगर आत्मा को नहीं याद किया जा सकता।... पहले उनका नाम-रूप सामने आता है कि फलाने की आत्मा को याद किया जाता है। फलाने की आत्मा अच्छी सर्विस करती है, इनका बुद्धियोग बाबा के साथ है। ... पहले शरीर याद आयेगा क्योंकि शरीर बड़ी चीज़ है, आत्मा छोटी है।” (Q. परमात्मा को परमधाम में कैसे याद करेंगे क्योंकि वहाँ शरीर तो होता नहीं है)

सा.बाबा 8.03.09 रिवा.

“फलाने की आत्मा कहने से शरीर जरूर याद पड़ता है।... कोई पूछते हैं - हम शिवबाबा को कैसे याद करें? शिवबाबा को ब्रह्मा तन में याद करें या परमधाम में याद करें? ... याद तो आत्मा को ही करना है परन्तु बाबा इनके शरीर में बैठा है तो जरूर शरीर भी याद आता है। पहले शरीर, फिर आत्मा।”

सा.बाबा 8.03.09 रिवा.

“सुबह को तुम सब भाई बाप की याद में बैठते हो। वह सब्जेक्ट है याद की। फिर मुरली चलती है, वह है पढ़ाई की सब्जेक्ट। मुख्य है ही योग और पढ़ाई। उनको ज्ञान और विज्ञान भी कहा जाता है। ... ज्ञान से सारे सृष्टि की नॉलेज मिल जाती है, विज्ञान माना तुम योग में रहते हो, जिससे तुम पावन बन जाते हो।”

सा.बाबा 8.03.09 रिवा.

“हम आत्मायें ऊपर से बिगर शरीर आई थीं, हम प्योर थे। इस दुनिया से ममत्व नहीं था।... अभी आत्मा को दिल होती है बाबा के पास जाने की। बाप कहते हैं - मुझे याद करो, पवित्र बनकर ही आना है।”

सा.बाबा 12.03.09 रिवा.

“ऐसे भी नहीं कि सिर्फ सुबह को यहाँ आकर बैठने से ही बैटरी चार्ज हो सकेगी। नहीं, बैटरी चार्ज तो उठते-बैठते, चलते-फिरते भी याद में रहने से हो सकती है।... इसको योग की भट्टी भी कह सकते हैं। सोने को भट्टी में डालते हैं शुद्ध होने के लिए।”

सा.बाबा 13.03.09 रिवा.

“बुद्धि बाहर भटकती रहेगी तो बैटरी चार्ज नहीं होगी। बाप आता है बैटरी चार्ज करने। उनका फर्ज है सर्विस करना, बच्चे सर्विस स्वीकार करते हैं वा नहीं, यह उनकी आत्मा जाने।... मैं एक-एक को बहुत प्यार से सकाश देता हूँ।... तुमको अपने को आत्मा समझ बाबा को याद करना है, न कि ब्रह्मा को। इनको देखते भी उनको देखें।”

सा.बाबा 13.03.09 रिवा.

“यह याद की यात्रा अलग है। इसको कहा जाता है अजपाजाप। जपना कुछ नहीं है। अन्दर में भी शिव-शिव नहीं कहना चाहिए। सिर्फ बाप को याद करना है।... देह सहित देह के सर्व सम्बन्ध छोड़ अपने को आत्मा समझो और मुझ अपने बाप को याद करो तो तुम पावन बन जायेंगे।”

सा.बाबा 14.03.09 रिवा.

“तुम समझते हो - हमारी आत्मा पतित है, वह पावन के साथ बुद्धि का योग लगाने से पावन बनती है। ... हम आत्मार्थे एक बाप को ही याद करती हैं। बुद्धि में आ गया है कि हम बिन्दी हैं, इसको कहा जाता है आत्मा की रियलाइजेशन।”

सा.बाबा 14.03.09 रिवा.

“पहले नम्बर का भूत है यह देह-अहंकार, इनको निकालने के लिए ही बाप देही-अभिमानि बनाते रहते हैं। बाप को याद करने से कोई भी भूत सामने नहीं आयेगा।”

सा.बाबा 18.03.09 रिवा.

याद, योग और याद की यात्रा में बहुत अन्तर है। याद अर्थात् एक बाप के सिवाए कुछ याद न आये, योग अर्थात् बुद्धि का कनेक्शन एक बाप के साथ सीधा हो, जिससे बाप से शक्ति मिलती रहे। याद की यात्रा अर्थात् हम बाप के साथ जा रहे हैं।

दादी जानकी 13.3.09

“मीठे बच्चे, तुमको याद की यात्रा को भूलना नहीं है। सुबह को जैसे यह प्रैक्टिस करते हो, उसमें वाणी नहीं चलती है क्योंकि वह है निर्वाणधाम में जाने की युक्ति। ... इस याद की यात्रा से ही आत्मा पवित्र हो जाती है और परमधाम जाती है।”

सा.बाबा 19.03.09 रिवा.

“योग और ज्ञान दो चीजें हैं। बाप के पास यह ज्ञान-योग का बड़ा खज़ाना है, जो बच्चों को देते हैं। जो बाप को बहुत याद करते हैं, उनको करेण्ट जास्ती मिलती है क्योंकि याद से याद मिलती है, यह कायदा है।... योग से आत्मा सतोप्रधान बन जाती है।”

सा.बाबा 20.03.09 रिवा.

“याद से याद मिलती है, वे बाप को खींचते हैं, यह भी बना-बनाया खेल है, जिसको अच्छी रीति समझना है। याद के लिए बहुत एकान्त चाहिए।... ज्ञान है धन, याद से हेल्दी बन जाते हैं, आत्मा पवित्र बन जाती है।”

सा.बाबा 20.03.09 रिवा.

“भक्ति मार्ग में भी सब देवताओं को, शिवबाबा को याद करते हैं परन्तु यह पता नहीं था कि याद से ही विकर्म विनाश होंगे। बच्चे जानते हैं - बाप पतित-पावन है, वही पावन बनने की युक्ति बताते हैं। ... भारत में बाप आकर याद की यात्रा सिखलाते हैं। और कहाँ सिखला न

सकें।”

सा.बाबा 1.04.09 रिवा.

“तुम योगबल से इस खारी चैनल को पार करते हो। जहाँ जाना है, उनकी याद रहनी चाहिए। हमको अब घर जाना है। बाबा खुद आया है हमको लेने के लिए।”

सा.बाबा 1.04.09 रिवा.

“भक्ति मार्ग में भी तुम याद करते थे, परन्तु उस समय मोटी बुद्धि का ज्ञान था। अभी महीन बुद्धि का ज्ञान है। प्रैक्टिकल में बाप को याद करना है। यह भी समझना है कि आत्मा स्टार मिसल है और बाप भी स्टार मिसल है। सिर्फ वे पुनर्जन्म में नहीं लेते हैं, तुम लेते हो, इसलिए तुमको तमोप्रधान बनना पड़ता है।”

सा.बाबा 3.04.09 रिवा.

बाबा ने कहा है - याद से तुम जड़-जंगम-चेतन सारे विश्व को पावन बनाते हो।

याद से सम्बन्धित प्रश्न और उनके सम्बन्ध में विचारणीय तथ्य

Q. परमात्म सर्व आत्माओं का पिता है, वह सर्वात्माओं को वर्सा देता है, तो सर्वात्मायें उसे कब और कैसे याद करती हैं या करेंगी ?

आत्माओं के पावन बनने और परमात्मा को याद करने के दो मार्ग या विधि-विधान हैं। एक तो आत्मा को जब परमात्मा से ज्ञान मिलता है तो उस ज्ञान को पाकर आत्मायें, परमात्मा को याद करती हैं और पावन बनती हैं। दूसरा परमात्मा ने बताया है कि आत्मायें अन्त समय सजायें खाकर पावन बनती हैं। जो आत्मायें अन्त में सजायें खाकर पावन बन जाती हैं, तो पावन बनने के बाद प्रकृति के विधि-विधान अनुसार उनको परमात्मा की और घर की याद स्वतः आती है, वह याद ही आत्मा में अगले कल्प में पार्ट बजाने की शक्ति भरती है और उनको घर वापस ले जाती है।

Q. परमात्मा की याद क्यों अर्थात् याद की आवश्यकता क्या है? याद कैसे और कब रहेगी ?

परमात्मा ने जो ज्ञान दिया है, उसको सही रीति समझ लेंगे तो आत्मा का बुद्धियोग देह और देह की दुनिया से उपराम हो जायेगा अर्थात् उनकी याद भूल जायेगी और आत्मा अपने मूल स्वरूप में स्वतः स्थित हो जायेगी और मूल स्वरूप में स्थित आत्मा को परमात्मा की याद अवश्य आयेगी।

दूसरी बात जो आत्मायें साकार में पधारे परमात्मा के सम्पर्क में आती हैं, उनको अपने मूल स्वरूप की अनुभूति परमात्मा की शक्ति से होती है और आत्मायें अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति करती हैं, जिससे उनकी लगन परमात्मा के साथ जुट जाती है और उनकी बुद्धि देह और देह की दुनिया से उपराम हो जाती है।

जब आत्मा परमात्मा को याद करती है तो उनके गुण-धर्म, शक्तियों और कर्तव्यों की भी आत्मा में धारणा होती है, जिससे आत्मा की अपनी कमजोरी मिटती जाती है और आत्मा परमात्मा के समान बनती जाती है क्योंकि आत्मा-परमात्मा एक ही वंश के हैं और आत्माओं को परमात्मा के साथ परमधाम में जाना है। इसलिए यथार्थ सत्य का अनुभव होने पर देह और देह की दुनिया को भूलना और परमात्मा को याद करना अति सहज हो जाता है।

Q. परमात्मा की याद से आत्मा में शक्ति आती है या आत्मा में नीहित शक्ति जागृत होती है?

आत्मा में परमात्मा से शक्ति आती नहीं है परन्तु आत्मा और सर्वशक्तिवान परमात्मा एक ही वंश के वंशधर हैं, इसलिए आत्मा में शक्ति है, परन्तु अपने आत्मिक स्वरूप की विस्मृति होने के कारण वह शक्ति काम नहीं करती है, देहाभिमान की शक्ति से आत्मिक शक्ति दबी हुई है। इस विश्व-नाटक में अपना पार्ट बजाने के लिए हर आत्मा को शक्ति मिली हुई है। संगमयुग पर जब परमात्मा आत्माओं को यथार्थ ज्ञान देते हैं तो आत्मा में सोई हुई अर्थात् विस्मृत शक्ति जागृत होती है।

आत्मा में कुछ भी घटता-बढ़ता (Plus-Minus) नहीं होता है, केवल जागृत-सुषुप्त (Merge-Emerge) होता है। परमात्मा की याद से आत्मा की सुसुप्त शक्ति जागृत होती है और सतयुग से यथार्थ ज्ञान न होने के कारण आत्मिक शक्ति सुसुप्त होती जाती है और द्वापर से देहाभिमान उस पर हावी हो जाता है।

Q. याद किसकी आती है, क्यों आती है और किसकी याद का क्या प्रभाव होता है ?

लौकिक सम्बन्धियों की याद, शत्रु की याद, वस्तुओं की याद, परमात्मा की याद, परमात्मा के ज्ञान का चिन्तन, भक्ति मार्ग के देवी-देवताओं की याद आत्मा को आती है और वह याद आत्मा की स्थिति को प्रभावित करती है।

परमात्मा पिता की याद स्थिर रहे जिससे हमारे विकर्म विनाश हों और कर्मातीत बनें, उसके लिए ये आवश्यक है कि हम विचार करें कि हमको किस-किस की याद आती है और क्यों आती है क्योंकि यदि किसी भी व्यक्ति या वस्तु की याद बुद्धि में होगी तो परमात्मा की याद ठहर नहीं सकती और जब परमात्मा की याद नहीं होगी, किसी वस्तु या व्यक्ति की याद अवश्य होगी। परमात्मा की याद के बिना किसी भी वस्तु या व्यक्ति की याद होगी तो आत्मा की उतरती कला ही होगी क्योंकि परमात्मा की याद ही आत्मा की चढ़ती कला का एकमात्र आधार है। परमात्मा ने बताया है कि जब कम से कम आठ घण्टा याद रहेगी तब कर्मातीत स्थिति होगी।

जिससे शत्रुता-मित्रता होती है, उसकी याद स्वतः आती है। जिससे राग-द्वेष, ईर्ष्या-घृणा होती है, उसकी याद स्वतः आती है। जिससे कुछ प्राप्त करना होता है या जिसको कुछ देना होता है, उसकी याद आती है। जहाँ जाना होता है, उसकी याद आती है। इन्द्रिय भोगों में जिनको भोगने की या देखने की इच्छा होती है, जिस चीज को खाने की इच्छा होती है, उसकी याद आती रहती है। जिसके द्वारा कुछ सुनने की इच्छा होती है, उसकी याद आती है। जिसके प्रति काम-वासना होती है, उसकी याद स्वतः आती है। जिसका क्लास, गीत, साहित्य पढ़ते-सुनते हैं, उसकी याद सूक्ष्म में बुद्धि में अवश्य रहती है। यदि उसका कोई सत्य का काल्पनिक

चित्र देखा हुआ होता है, वह चित्र सूक्ष्म में अवश्य सामने रहता है। स्टूडेण्ट्स को पढ़ाने वाले टीचर की याद जरूर आती है। वास्तविकता तो ये है और बाबा ने भी कहा है कि मित्र से भी शत्रु की याद अधिक आती है। भयभीत आत्मा को जिससे भय होता है, उसकी याद आती है। जैसे व्यक्तियों की याद आती है, वैसे ही वस्तुओं की भी याद आती है। मकान बनाने वाले को मकान की, मकान बनवाने वाले को मकान बनाने की याद आयेगी। जिसको किसी से कोई चीज प्राप्त करने की इच्छा होगी तो उसकी याद आयेगी अर्थात् वह व्यक्ति भी हमारी अन्तर्दृष्टि के सामने अवश्य रहेगा और वह चीज भी रहेगी।

हर समय आत्मा को इनमें से किसी न किसी की याद अवश्य आती रहती है और उसमें समय और संकल्प अवश्य जाता है। जब इन सबकी याद नहीं होगी, तब ही परमात्मा की याद बुद्धि में ठहरेगी। अब हम विचार करें कि इन सबकी याद में हमारा जो समय और संकल्प जाता है, उसको निकाल देने के बाद परमात्मा की याद कितना समय रहती है।

एक परमात्मा की याद के अतिरिक्त जो भी वस्तु या व्यक्तियों की याद है, वह आत्मिक शक्ति का ह्रास ही करती है। एक परमात्मा की याद ही आत्मिक शक्ति को बढ़ाती है, आत्मिक शक्ति का खाता जमा करती है, जो सारे कल्प चक चलता है। याद के लिए ज्ञान सागर परमात्मा ने कहा है - परमधाम की याद से भी विकर्म विनाश नहीं होंगे, ब्रह्मा को भी याद करेंगे तो भी तुम्हारे विकर्म विनाश नहीं होंगे, तुम व्यभिचारी बन जायेंगे। बाबा ने कहा है- परमात्मा की याद के बिगर ब्रह्मा को याद करने से पाप नहीं कटेंगे, पाप का खाता बढ़ेगा ही। जैसे हर तत्व अपने मूल तत्व की ओर स्वतः आकर्षित होता है, उसकी गति अपने मूल तत्व की ओर ही होती है, ऐसे ही जब आत्मा सर्व बन्धनों से स्वतन्त्र होती है तो परमात्मा की ओर परमधाम घर की याद स्वतः आती है क्योंकि आत्माओं का मूल परमात्मा ही है और आत्मा का घर परमधाम है।

जब तक यह बुद्धि में नहीं आया कि मैं आत्मा, परमात्मा की सन्तान हूँ, तब तक पुरुषार्थ हो नहीं सकता। पुरानी बातों से अपने कान बन्द कर लो। ... दुख देने वाला ज्यादा याद आता है, सुख देने वाले बाबा को भूल जाते हैं। सुखदाता बाप याद होगा तो कब दुख फील हो नहीं सकता। दुख देने वाले की याद आयेगी नहीं।

दादी जानकी 29.10.08

“परमात्म-दुलार में बापदादा ने हर एक बच्चे को तीन तख्त का मालिक बनाया है। पहला है स्वराज्य अधिकार का भृकुटी का तख्त, दूसरा है बापदादा का दिल-तख्त और तीसरा है विश्व के राज्य अधिकार का तख्त।... ये तीनों तख्त सदा स्मृति में रहने से हर एक बच्चे को रुहानी नशा रहता है।”

अ.बापदादा 15.12.08

“बाबा हमेशा कहते मांगो मत। ... दाता के बच्चे हो ... और किससे लेंगे तो उनकी याद आती रहेगी। ... औरों से मांगो मत। नहीं तो देने वाले को भी नुकसान पड़ जाता है क्योंकि वह शिव बाबा के भण्डारे में नहीं दिया। देना चाहिए शिव बाबा के भण्डारे में।”

सा.बाबा 25.1.72 रिवा.

Q. यथार्थ याद की क्या पहचान है ?

बाबा ने कहा है यथार्थ रीति से याद में तो देखना, सुनना भी बन्द हो जाता है।

“हर एक सोचो कि मैं बाप की राजदुलारी व राजदुलारा हूँ।... लाड़ला वही होता है, जो फॉलो फादर करता है और फॉलो करना बहुत सहज है, कोई मुश्किल नहीं है। ... एक ही लाइन है, जो बाप हर रोज याद दिलाते हैं, वह याद है ना - ‘अपने को आत्मा समझ मुझ बाप को याद करो’।”

अ.बापदादा 20.10.08

“जैसे पारा हथेली पर ठहरता नहीं है, वेसे ही याद भी इतनी मुश्किल है। घड़ी-घड़ी भूल जाते हैं। ... बुद्धि पुरानी दुनिया के बन्धनों में भटकती रहती है, इसलिए समझते नहीं हैं कि मैं बन्धन में हूँ। सम्बन्ध तो चाहिए एक बाप का, बाकी तो सब हैं बन्धन। एक से ही सम्बन्ध रखो, वह तुमको सृष्टि के आदि-मध्य-अन्त का ज्ञान देते हैं।”

सा.बाबा 18.10.08 रिवा.

Q. बाबा कहता योगी और प्रयोगी बनो, तो प्रयोगी का भाव-अर्थ क्या है ? बाबा का प्रयोगी से आशय Experiment से है या Utilisation से है ?

हम समझते हैं कि बाबा का योग को प्रयोग करो से आशय है कि योग को कार्य में लगाओ अर्थात् प्रयोग करो।

Q. प्रश्न, प्रश्नोत्तर और प्रश्नों से पार स्थिति क्या है और उनमें क्या अन्तर है ?

“अगर सभी को कहा जाये कि एक सेकेण्ड में साकारी से निराकारी बन जाओ तो बन सकेंगे ? ... इस क्लास में प्रश्न का उत्तर देने वाले कौन हैं ? वह तो बहुत नाम सुनाये, फिर प्रश्न-उत्तर से पार जाने वाले कौन हैं ? ... बाप समान भी बनना है और प्रजा भी बनानी है।”

अ.बापदादा 20.10.69

प्रश्नों से पार स्थिति अर्थात् मूल स्वरूप अर्थात् बिन्दुरूप स्थिति में स्थित आत्मा में कोई प्रश्न ही नहीं होगा और उसके सामने जो भी प्रश्न आयेगा, उसका यथार्थ उत्तर स्वतः, सहज और समयानुसार उसके द्वारा निकलेगा, जो प्रश्न-कर्ता को पूर्ण सन्तुष्टि प्रदान करेगा। प्रश्नों से पार स्थिति अर्थात् देह और देह की दुनिया से न्यारे अपने मूल स्वरूप में स्थित अर्थात् जब चाहें तब अपने मूल स्वरूप में सहज स्थित हो जायें और उस स्थिति में स्थित होकर कर्म में आयें।

यथार्थ ज्ञान की धारणा वाले को कोई प्रश्न उठेगा ही नहीं, वह सहज और संकल्प करते ही अपने मूल स्वरूप अर्थात् बिन्दु रूप में स्थित हो जायेगा और जिसको अपने मूल स्वरूप अर्थात् बिन्दु रूप में स्थित होने का सफल अभ्यास होगा, वह सदा अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति में रहेगा और जो अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति में होगा, उसको कोई प्रश्न क्यों उठेगा। वह सदा अपने को परमात्मा की छत्रछाया में अनुभव करेगा। अपने मूल स्वरूप में स्थित होने की अभ्यासी आत्मा किसी भी प्रश्न का उत्तर सहज और यथार्थ रूप में दे सकेगा, जिससे प्रश्नकर्ता सहज ही सन्तुष्ट हो जायेगा

“मन को यह ड़िल करानी है। एक सेकण्ड में आवाज में, एक सेकेण्ड में आवाज से परे। एक सेकेण्ड में सर्विस के संकल्प में आयेँ और एक सेकण्ड में संकल्प से परे स्वरूप में स्थित हो जायेँ। इस ड़िल की बहुत आवश्यकता है।”

अ.बापदादा 16.10.69

Q. बाबा ने कहा है - सन्यासी ब्रह्म घर को परमात्मा समझ याद करते हैं परन्तु घर को याद करने से पाप नहीं कटते। फिर हमको कहा है - तुम बाप के साथ शान्तिधाम को और सुखधाम को भी याद करो। तो क्या हम शान्तिधाम को याद करेंगे तो हमारे पाप कटेंगे, हमारी शान्तिधाम की याद और उनकी याद में क्या अन्तर है ?

सन्यासी ब्रह्म को परमात्मा समझ याद करते, जो सत्य नहीं है परन्तु हमको अभी ज्ञान है कि शान्तिधाम हमारा घर है और हमारे परमपिता परमात्मा वहाँ रहते हैं तो साथ में परमात्मा की भी याद आयेगी तो घर को याद करने से तो पाप नहीं कटेंगे परन्तु घर में परमात्मा की याद आयेगी, उससे पाप कटेंगे। सन्यासी ब्रह्म को परमात्मा समझ उसमें लीन होने का संकल्प रखते हैं जबकि हम उसे अपना घर समझ कर याद करते हैं, जहाँ हमको जाना है। तो जाना है और वहाँ रहना है। वहाँ आत्मायें अपने मूल स्वरूप में रहती हैं, इसलिए हमारी स्थिति बिन्दुरूप बन जाती है अर्थात् हमारे ऊपर जो देहाभिमान का आवरण आ गया है, वह कटता जाता है अर्थात् विस्मृत हो जाता है।।

Q. परमात्मा ने हमको चढ़ती कला में जाने के लिए क्या विषय-वस्तु याद के लिए दी है ? बाबा ने हमको अपने स्वरूप, गुण-शक्तियों, कर्तव्यों का ज्ञान दिया है, आत्मा के विषय में ज्ञान दिया है, विश्व-नाटक के गुण-धर्मों का ज्ञान दिया है और अनेक स्वमान और वरदान दिये हैं, कर्मों के विधि-विधान का ज्ञान दिया है, जिनकी याद से हमारी चढ़ती कला है। इन सबकी याद जागृत रहे तो सदा ही आत्मा की चढ़ती कला होगी।

बाबा ने कहा है वरदान याद रहेगा तो वरदाता याद रहेगा, वरदाता याद रहेगा तो वरदान भी अवश्य याद रहेगा। ज्ञान बुद्धि में होगा तो ज्ञान-दाता भी अवश्य याद होगा।

Q. बाबा ने हमको अभी सत्य ज्ञान दिया है, इस ज्ञान को पाकर हमारा कर्तव्य क्या है ? विश्व-नाटक के ज्ञान को धारण कर देह और देह की सारी दुनिया को भूलकर, भूतकाल के चिन्तन और भविष्य की चिन्ता से मुक्त हो अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो एक परमात्मा की याद में स्थित हो परमानन्द की अनुभूति में रहना और अन्य आत्माओं को उसका अनुभव कराना। आत्मिक स्वरूप परमानन्दमय है, परमात्मा परमानन्दमय है, विश्व-नाटक परम सुखमय है।

Q. देह और देह की दुनिया को भूलने से परमात्मा की याद रहेगी या परमात्मा की याद से देह और देह की दुनिया भूलेगी ?

ये दोनों बातें चक्रवत् हैं अर्थात् परमात्मा द्वारा प्राप्त सत्य ज्ञान को धारण कर अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित होने से परमात्मा की याद अवश्य रहेगी और परमात्मा की याद के लिए पुरुषार्थ करने से आत्मा को अपना आत्मिक स्वरूप अवश्य याद आयेगा और आत्मा उसमें स्थित होगी। ये दोनों बातें एक-दूसरे की पूरक हैं।

Q. क्या अपने बिन्दुरूप में स्थित होना या देही-अभिमानि स्थिति में स्थित रहना योग है ? यदि है तो कैसे और यदि नहीं तो योग के लिए क्या और पुरुषार्थ करना आवश्यक है ? क्या बिन्दुरूप में स्थित रहने से विकर्म विनाश होंगे ?

नहीं। बिन्दुरूप में स्थित होना योग नहीं है परन्तु बिन्दुरूप में स्थित होना योग के पुरुषार्थ की प्रथम और मूल सफलता है। बिन्दुरूप में स्थित होने से विकर्म भी विनाश नहीं होंगे। योग अर्थात् अपने बिन्दुरूप में स्थित होकर बिन्दुरूप बाप को याद करना और उस बिन्दुरूप बाप की याद से ही आत्मा के विकर्म विनाश होंगे। आत्मा का मूल स्वरूप सच्चिदानन्दमय है, इसलिए बिन्दुरूप में स्थित होने से आत्मा को अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति अवश्य होगी परन्तु वह योग नहीं है, वह योग की मंजिल का प्रथम सोपान है, जहाँ से योग की यात्रा आरम्भ होती है। योग के लिए अपने बिन्दुरूप में स्थित होकर बिन्दुरूप परमात्मा को याद करने का पुरुषार्थ करना होगा।

“बाप सबको कहते हैं - अपने को आत्मा समझ मेरे साथ योग लगाओ तो विकर्म विनाश होंगे और तुम मेरे धाम आ जायेंगे। सब धर्म वालों की सद्गति करने वाला भी मैं ही हूँ।”

सा.बाबा 16.12.08 रिवा.

Q. चाहते हुए भी परमात्मा की और अपने आत्मिक स्वरूप की याद क्यों नहीं रहती है ? परमात्मा सच्चिदानन्द स्वरूप है, वह सर्व का मुक्ति-जीवनमुक्ति दाता है। वह जब आत्माओं को अपने यथार्थ स्वरूप का ज्ञान देता है तो आत्मा अपने मूल स्वरूप में स्थित होकर

सच्चिदानन्द स्वरूप की अनुभूति करती है परन्तु बिडम्बना ये है कि जब तक आत्मा का विकर्मों का खाता पूरा भस्म नहीं हुआ है, आत्माओं के परस्पर के हिसाब-किताब पूरे नहीं हुए हैं तब तक आत्मा सदा काल के लिए उस स्थिति में स्थित नहीं रह सकती है। आत्मा को उस स्थिति का अनुभव होता है, जो उसके पुरुषार्थ को आगे बढ़ाता है और योग-साधना द्वारा अपने विकर्मों के खाते को भस्म करने के लिए प्रेरित करता है। परन्तु सदा काल आत्मिक स्वरूप की याद तब रहेगी जब कर्मातीत स्थिति होगी।

“सुई पर कट लगी हुई होगी तो वह चुम्बक को खींच नहीं सकती। योग और ज्ञान हो तब कट निकल सके।... शिवपुरी और विष्णुपुरी को याद करो। अन्दर में अपने साथ बातें करनी चाहिए। पहले अपने से चिन्तन कर फिर औरों को समझाने के लिए बात करनी होती है।”

सा.बाबा 27.9.08 रिवा.

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें:-

स्पार्क – आध्यात्मिक अनुप्रयोग अनुसन्धान केन्द्र

(SpARC – Spiritual Applications Research Centre),

बेहतर विश्व निर्माण अकादमी,

ज्ञान सरोवर, आबू पर्वत - 307501

राजस्थान, भारत

**मोबाईल: 9414 15 1879, 9414 00 3497,
9414 08 2607**

फैक्स – 02974-238951

**ई-मेल – bksparc@gmail.com,
sparc@bkivv.org**