ओम शांति,

प्यार लगता है यह गीत सभी को गाते रहते है? गाते रहना चाहिए। यह गीत ईश्वर शब्द आने से इंटरनेशनल हो गया बाबा आने से जरा प्राइवेट हो जाता है। शब्द बहोत अच्छे है इसके अब इनको हम प्रैक्टिस में लायेंगे अब सभी को शांतिवन में है एक प्रैक्टिस करेंगे इस गीत से जुडी हुई। हर घंटे में जो गीत बजता है सभी उसका फायदा उठाते ही होंगे, उठाते है? कुछ अभ्यास अवश्य करना चाहिए ऐसे नहीं कि वोह एक मिनट यूँही बीत जाए। हम अपने सामने कुछ लक्ष्य रख लिया करें कि यह अभ्यास करने है। अगर एक एक दिन का अलग अलग अभ्यास ले लें तो भी बहोत सुंदर, कुछ दिन के लिए एक अभ्यास ले लें तो भी बहोत सुंदर।

तो मुझे जो आजकल बहोत अच्छा अभ्यास लग रहा है वही में आप सब के सामने रख देता हूँ वोह आप सब जानते है - बाबा कि हजार भुजाओ कि छत्र छाया मेरे सर पर है। सभी भाई और माताएं जब तक यहाँ है हर घंटे जो गीत बजता है, जब भी गीत बजे सवेरे से ही शुरू हो जाते है उठाने के लिए भी गीत है तो योग के लिए ट्रैफिक कण्ट्रोल हर घंटे यह अभ्यास करेंगे। बहोत अच्छा हो बहोत तुरंत पांच सात सेकंड में बाबा ऊपर से निचे आगये और हजार भुजाएं फैलादी हमारे सर के ऊपर, थिक है? अभी करेंगे? एक मिनट सभी अभ्यास करेंगे, सभी देखे ऊपर से बापदादा निचे उतर रहे है, मेरे सामने, दृस्टि दे रहे है मुझे, और बाबा ने अपनी हजार भुजाएं फैलादी है मेरे सर के ऊपर, याद दिला रहे है बच्चे में हजार भुजाओ सहित तुम्हारे साथ हूँ।

ओम शांति

हम अपने जीवन में इस अवेयरनेस को, इस फिलिंग को बढ़ाते चलें **बाबा अपनी हजार भुजाओ सहित** एक शब्द और जोड़ लें **सम्पूर्ण शक्तियों सहित मेरे साथ है।** जब हम यह याद करेंगे बहोत अच्छी फिलिंग से साथ ऐसा नहीं कि हम केवल रिपीट करेंगे, बहोत अच्छी फिलिंग के साथ इस सत्य को स्वीकार करते हुए तो बाबा कि सम्पूर्ण शक्तियां हमारे साथ काम करने लगेगी। **और जहाँ बाबा और उसकी सम्पूर्ण शक्तियां काम कर रही हो वहाँ विजय ही विजय, माया भी नहीं रहेगी, हम भी बहोत शक्तिशाली बन जायेंगे।**

तो मुझे चलते फिरते लोग बताते रहता है में जरा कम सुनता हूँ टीवी आदि कि बातें कि आजकल विनाश कि बातें फिर से आ रही है कि धरती कि आवाज़ सुना रहे है लोग कि धरती बोल रही है, फट गयी है यह बोल रहे है, चार जगह से फट गयी है तो बोल रही है में आती हूँ ऊपर निचे से अब तुम निचे आओ या और ऊपर चले जाओ खुद देख लों। तो विनाश कि परिस्थियां तो संसार में आएंगीही क्यूंकि भगवान् केह चुके है बहोत अच्छा एक महावाक्य - **बच्चे यह धरती अब देवताओं के लिए खाली होनी है, देवताओ के पावन कदम इस धरा को तभी तो सुशोभित करेंगे जब यह खाली हो जाए।** इस धरा पर तो नहीं आयेंगे हम ही देव स्वरुप धारण करके इस धरा पर तो नहीं आयेंगे। तैयार है सभी धरती को खाली करने के लिए? सोच लें जरा? धरती को खाली करना है तो धरती फिर से भरपूर हो जाएंगी फिर से उपजाऊ, ना केवल खानेपीने, फल और सब्जियां मिलेगी धरती से लेकिन हीरे मोती मानेक सब बहोत प्राप्त हो जायेंगे।

तो आने वाले समय कि चुनौतियों को स्वीकार करने के लिए हम अपनी स्थिति को, अपनी शक्तियों को, बाबा के साथ को बहोत बढ़ाते चलें। और बहोत अच्छी बात जो हमेशा बाबा कहते है नेचुरल नेचर बनाओ, आदत बनाओ। परिस्थिति हमें यह सब बातें भुला ना दें इसलिए यह सब बातें का बहोत अच्छा अभ्यास करके जो हमारी अच्छी अवस्थाएं है, जो हमारे अच्छे स्वमान है उनका बहोत अच्छा अभ्यास करके हम उनको आदत बना लें।

कुछ चीजो में हम अवश्य मास्टरी करलें। अब में फिर से आपको एक बहोत सुंदर चीज याद दिलाना चाहता हूँ जो रोज ही याद करनी है उसे हम रिपीट करना नहीं कहेंगे। हमें बार बार याद करनी चाहिए बाबा के इस साल के महावाक्य है अव्यक्त सायद दूसरी या पहली मुरली के है - **जो बच्चे मास्टर सर्व शक्तिवान के नशे में रहते है विघ्न और समस्याएं**

उनके पास आ नहीं सकती। आधार बनालें आप उसे अपने जीवन का समस्याएं आये और हम उनसे लड़कर उनको समाप्त करें वोह शक्ति भी हमारे पास है। परन्तु वोह हम तक आये ही नहीं बहोत अच्छी अवस्था यह है क्यूंकि अगर हम उनसे युद्ध करेंगे तो हमारी शक्तियां नष्ट होंगी पर उन्हें आने ही ना दें तो बहोत अच्छा सभी अभ्यास करें में मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ। में आपके सामने इस सम्बन्ध में कुछ और बातें भी रख देना चाहता हूँ सब के काम आएगी पहले तो सभी अपने अंदर यह संकल्प कर लें हमें अपने अंदर मास्टर सर्व शक्तिवान कि स्थिति को बहोत सुंदर, बड़ा नेचुरल लेना है।

तो पहली चीज हम स्वीकार करें कि हम मास्टर सर्व शक्तिवान है, है या नहीं? है सभी। क्यूँ है? हम याद किया करें जब से हम बाबा के बच्चे बने उसने अपनी समस्त शक्तियां हमें दे दी है इस बात को हम भूल जाते है। परमातम शक्तियां हमारे पास है, हम इन शब्दो में याद किया करें - **बाबा केह रहे है बच्चे आज से मेरी सभी शक्तियों पर तुम्हारा अधिकार है अब यह शक्तियां तुम्हारे आर्डर में काम करेगी।** बार बार अपने को इस अवेयरनेस में, इस स्मृति में लाते रहे कि परमातम शक्तियां मेरे पास है। बाबा के पास माताओं कि आवाज़ ज्यादा पहोंचती है कि योग लगाते हुए माताएं कहती है कि बाबा शक्तियां दे दो, सहन शक्तियां दे दो, कहती है माताएं? बहोत है अब हाथ निचे करलों अब बाबा कहता है हे मीठी माताओं मेने सारी शक्तियां तुम्हे दे दी है तुम मांग क्यूँ रही हो अपने पर्श में तो ढूंढो, माताओ के पास होता है ना? देखो तो सही सारी शक्तियां तुम्हारे पास है, इसको स्मृति में लाना ही शक्तिशाली बनना है। यह बात तो मनोविज्ञान भी कहता है कि मनुष्य के पास बहोत शक्तियां है वोह सोयी हुई है, उन्हें जागृत करो लेकिन यह बात तो बहोत छोटी हो गयी मनुष्य के पास मनुष्य कि शक्ति हमारे पास है परमातम शक्तियां वोह सोती ही नहीं, वोह सदा जागृत है केवल हमें यूज़ करना है। इस स्मृति से हम उन्हें यूज़ कर सकेंगे।

तो सभी अपने को शक्तिशाली है हम यह स्वीकार कर लें और इसी स्मृति को कई बार बढ़ाएं। जब आप छत्र छाया का अभ्यास करें तभी यह भी याद करलें में मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ, बाबा ने अपनी हजार भुजाएं सर पर लगायी है साथ में सारी शक्तियां भी दे दी है। बहोत आनंद आएगा जवीन कि बहोत सारी बातें समाप्त हो जायेगी, क्यूंकि हम यदि शक्तिशाली है तो बाकी सब कुछ कमजोर है। हम यदि कमजोर है तो परिस्थियां शक्तिशाली है। हमें अपनी शक्तियों को पहचान लेना है **हम कमजोर नहीं है**, थिक है? सभी स्वीकार करते है? **शिवशक्तियां कमजोर नहीं। कमजोर को बल देने वाले है।**

अब में आपको एक दूसरी चीज याद दिला देता हूँ वोह बात भी बार बार सुनने कि है। में दो बातें ले कर चलता हूँ आपके सामने बाबा ने इस बार कहा और वोह एक यूनिवर्सल सत्य है, सदा चारो युगो में, तीनो कालो में चलने वाला सत्य है - **कोई भी कर्म यदि शुभ स्मृति से प्रारम्भ किया जाए और यदि साधारण स्मृति से प्रारम्भ किया जाए दोनों में महान अंतर है।** इसलिए भारत में भक्ति में यह रसम चलती आती है कोई भी काम शुरू करते है तो क्या करते है? घर बनाया, कोई बच्चो को स्कूल भेज रहे है, नया खता खोला, दूकान खोली, बिज़नस शुरू किया, नौकरी मिली कोई भी काम जो अच्छा शुरू होता है तो पंडितो से ब्रह्मणो को बुलाकर कुछ ना कुछ रसम जरुर करते है। मंदिर भी बनाएंगे, मूर्ति रखेंगे तो प्राण प्रतिस्ठा कि जाती है ताकि जड़ मूर्ति में प्राण आजाये, क्या है वोह प्राण? सोचा आपने कभी? जो मन्त्र उच्चारण किये जा रहे है उस समय उस देव या देवी से सम्बंधित उसके वाइब्रेशन्स उस मूर्ति में समां जाते है। मूर्ति जो कि पत्थर कि है, प्रकृति से आयी है, वोह वाइब्रेशन्स मंत्रो के द्वारा वहाँ क्रिएट जा रहे है वोह मूर्ति में समां जाता है उसका महत्व बढ़ जाता है। इसिलए प्राण प्रतिस्ठा के बिना कोई भी मूर्ति पूजनीय नहीं मानी जायेगी।

तो रसम रही क्यूंकि जिस श्रेस्ठ स्मृति से हम कर्म प्रारम्भ करेंगे उस पुरे कर्म पर उन संकल्पो का सम्पूर्ण प्रभाव चलता रहेगा। ध्यान दें आप इस बात पर आप भोजन ही बना रही है घर में जरा अपने को जागृत करें शुरू कर रहे है तो

कुछ अच्छे संकल्पो के साथ शुरू करें उसका इफ़ेक्ट सम्पूर्ण भोजन पर जाएगा। सब से अच्छा संकल्प क्या हो सकता है भोजन बनाते? में बाबा के लिए भोजन बना रही हूँ, स्वयं भगवान् के लिए उसको भोग लगाएंगे फिर उसके बच्चे खायेंगे। देखो एक छोटा सा और सिंपल संकल्प है बहोत सुंदर इफ़ेक्ट इस संकल्प का भोजन पर जाएगा। कर के देखेंगे सभी बहने? मेने यह बात पहले भी सिखायी है भोजन बनाते हुए भोजन पर दृस्टि तो पड़ती ही रहती है, एक चेंज तो यह करेंगे कि जल्दी जल्दी नहीं धैर्यवत साथ में अभ्यास करेंगे में परमपवित्र आत्मा हूँ। खाने से पहले भी करना है लेकिन बनाते समय २१ बार कम से कम इसका बहोत सुंदर परिणाम आप अपने परिवार पर देख सकेंगे।

अगर आप लगातार इस अच्छे अभ्यास से भोजन बनाएं तो सम्पूर्ण भोजन पवित्र वाइब्रेशन्स को ग्रहण कर लेगा और जो भी उसे खायेगा उसका चित शांत होगा। अगर वोह ज्ञान में नहीं चले मानलो तो चित शांत अवश्य रहेगा। किसीको क्रोध आता है, कोई बुरे संग में है, माताओं कि जो आजकल समस्याएं है घरो में बच्चो कि युवा पेढ़ी दूसरी दिशा में जा रही है माबाप कि सुनते नहीं। बहुतो के सामने है जिनके परिवार में यह समस्या नहीं है वोह तो समझो इस संसार में बड़े भाग्यवान है। जिनके बच्चे आज्ञाकारी हो, चरित्रवान हो, अच्छे पथ पर चल रहो वोह तो बहोत भाग्यवान है, और जिनके बच्चे माबाप के लिए बहोत बड़ी समस्या बन गए हो उन्हें सोचना है। बहोत सारे बहोत माबाप मुझे कहते है लोग कहते है हमें लड़के ही पैदा हो लड़की पैदा ना हो और समस्या यह है कि लड़के पैदा तो हो गए लेकिन उन्होंने माबाप का जीना मुस्किल कर दिया है। फिर कहते है मर जाए तो अच्छा है, पहले पैदा करने कि चिंता थी फिर मारने कि चिंता हो रही है। समस्या बढ़ती जा रही है, जनरेशन गॅप, युवा पेढ़ी के विचार, उनपर विदेशी विचारो का प्रभाव, स्वतंत्रता, इंटरनेट का प्रभाव, टीवी का प्रभाव। उन्हें पता नहीं है कि उनके भविष्य को नष्ट करने जा रहा है, क्यूंकि हमें जानना चाहिए अब जो माबाप अपने बच्चो को सिखा सके, जो बच्चे सिख सके जितनी नेगेटिव एनर्जी हमारे अंदर होगी, जितना हम व्यर्थ विचार करेंगे, जितना हम व्यर्थ देखेंगे उतना ही सफलता का मार्ग विघ्नो से भरा हुआ होगा। युवा पेढ़ी इस बात को समज लें अच्छी तरह। जो समझा सकते है अपने बच्चो को वोह समझाएं इस लिए सदैव अपने घरो में यह स्लोगन लिख के ही रख लेना चाहिए कि बच्चे पढ़ लें केवल - **तुम्हारे पॉजिटिव विचार तुम्हारे उज्वल भविष्य का निर्माण करेंगे।** आपके कहने से वोह नहीं समझेंगे पर घर में लिखा होगा तो वोह पढ़ कर कुछ ना कुछ सीखेंगे अवश्य। नेगेटिव संकल्प सफलता के मार्ग में सब से बड़ी दिवार है इसको आजकल का बुद्दिमान मनुष्य भी नहीं जान पा रहा है। हम सभी ब्राह्मण आत्माओ को ग्यानी आत्माओ को समज लेना चाहिए हम कहीं व्यर्थ संकल्पो के कारण हम अपनी सूक्ष्म शक्तियों को नष्ट तो नहीं कर रहे है। सभी अच्छी तरह ध्यान देंगे अपने पर।

तो श्रेस्ठ स्मृति से कर्म प्रारम्भ करेंगे, कोई भी कर्म। आप घर से बहार चल रहे है काम के लिए, आप सेवाओं में जा रहे है, आप अपने ऑफिस में जा रहे है, आप गाड़ी चलाना शुरू कर रहे है, आपके पास साइकिल है पे पैर रखा है आपने कोई स्मृति फिक्स करो इसके लिए और इसका अभ्यास फिक्स करेंगे। और बहोत अच्छी स्मृति जो हमें सदा काम आएगी में मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ और विघ्न विनाशक हूँ। रास्ते के सभी विघ्न समाप्त करेगी यह स्मृति हम एक चीज पर और ध्यान देंगे सभी शक्ति का प्रयोग करें अपने जीवन में क्यूंकि हम मास्टर सर्व शक्तिवान है इसलिए यह बाबा का महावाक्य है - **जो मास्टर सर्व शक्तिवान के नशे में रहते है वोह अपनी संकल्प शक्ति से ही सब कुछ कर सकते है।** अपनी संकल्प शक्ति का यूज़ करें आप। हमारे पास एक बहोत बड़ी शक्ति है उसको रियलाइज़ कर लें, स्वीकार कर लें बहोत बड़ी शक्ति है संकल्प शक्ति, हम अच्छे अच्छे संकल्प करें और उसका प्रभाव देखें। हम अपने संकल्प से दुसरो के संकल्पो को बदलते हुए देखें, बदलेंगे ही। बच्चे बिगड़ रहे है बुरे संग में जा रहे है आप बार बार सोच रहे है क्या होगा इनका? यह तो मानते ही नहीं है, यह तो हमारी सुनते ही नहीं है पता नही यह क्या करेंगे? यह सोचता है ना मनुष्य? यह ना सोचके आप यह सोचो यह भगवान् के बच्चे है जल्दी ही थिक हो जायेंगे, इनके विचार

थिक हो जायेंगे। मन से उनको संकल्प देने लगो है आत्मा अपने को पॉजिटिव करो, चरित्रवान बनो, तुम भगवान् के बच्चे हो तो आप अपने इन संकल्पो का प्रभाव बच्चो पर प्रैक्टिकल में देखेंगे।

यह बहोत सुंदर अभ्यास है आप अपने जीवन को इस तरह लेबोरेटरी बनालो, माताएं भी लेबोरेटरी में काम करने लगे अब लेबोरेटरी जानते है? साइंस को जो विध्यार्थी होती है उनके लिए लैब बनी होती है कोलेजो में तो जो सिद्धांत पढ़ाइये जाते है फिजिक्स, केमिस्ट्री में वोह लेबोरेटरी में वोह चेक करते है। सभी अपने जीवन को लेबोरेटरी बनाएं और देखें हमारे एक एक संकल्प का प्रभाव दूसरे पर क्या पड़ता है। किसी व्यक्ति के बारें में आप सोचते है लगता है यह तो सुधरेगा नही, इसका प्रभाव क्या होगा? वोह सुधरेगा नहीं। इस संकल्प को चेंज करें कि नहीं यह भगवान् का बच्चा है हर आत्मा सुधरने वाली है, हर एक आत्मा पवित्र थी, सतोप्रधान थी यह सुधरेंगे इस संकल्प का असर देखो। रोज अपनी दिनचर्या में कोई समस्या सामने है उसके बारें में हम सोचते है क्या होगा? पता नहीं थिक ना हो? कहीं ऐसा ना होजाये? इसका प्रभाव और यह सोचना में मास्टर सर्व शक्तिवान अब यह समस्या जल्दी ही नष्ट हो जायेगी इस संकल्प का प्रभाव देखते चलें अपने जीवन में। सभी अपने जीवन को इस तरह एक प्रयोगशाला बनाएं जिनमें संकल्पो के प्रयोग करतें रहे।

अब जो बहोत इम्पोर्टेन्ट बात जो में आपको याद दिलाना चाहता हूँ इस बार कि अव्यक्त मुरली में दो बार आ चुकी है और जिन्होंने सुना है बहुतो ने अभ्यास किया ही होगा फिर भी ध्यान दें और अपनी साधना को इस बात से बिलकुल सरल बनाएं, जीवन को सरल बनाएं, समस्याओं को सरल बनाएं वोह बात है - **जो वरदान तुम्हे बाबा से मिले है उन्हें रोज सवेरे और कर्म के समय स्मृति में लाया करो।** वरदान मिले है और **वरदान का अर्थ होता है** भक्ति में जानते थे ना कि **जो केह दिया अब वोह होने लगा** यह था भगवान् का वरदान। हम सभी को तो डायरेक्ट भगवान् ने वरदान दिए है हम अपने लिए कोई भी पांच वरदान चुन लें और उन्हें सवेरे याद किया करें यह बाबा के वरदान है। कर्म के समय, समस्या के समय, कोई कठिन काम हो जाए, कोई विघ्न डालने लगे उस समय, कोई आपको समस्या कठिन लग रही हो उस समय उन्हें याद करें तो दिखाई देगा वोह काम करने लगे। तो में आपको कुछ वरदान याद दिला देता हूँ जो बाबा ने सभी बच्चो को दिए है भगवान् ने आत्माओ को यह वरदान दिए है। सब से पहली चीज तो यह है कि - **जिसने वरदानो को वरदान के रूप में स्वीकार कर लिया उसके लिए वोह वरदान बन गए। ऐसे नहीं कि हम सोचें कि यह तो केवल बाबा के महावाक्य है यह तो बाबा सदा ही बोलता है, यह नहीं, यह मेरे लिए वरदान है।** अब इसको इस रूप में रोज सवेरे याद करेंगे बहोत इफेक्टिव होगा बड़ा प्रभावशाली रहेगा हम बाबा का आह्वाहन करें और देखें बाबा ऊपर से उतर कर निचे आगये है हमारे सर पर उसने हाथ रख दिया अपना वरदानी हाथ और वरदान दिए

1. पहला सुंदर वरदान - **बच्चे जब भी तुम मुझे याद करोंगे में तुम्हारे पास उपस्थित हो जाऊँगा।** इससे बड़ी बात और क्या हो सकती है? यह वरदान दे दिया हमें भगवान् ने सर्व शक्तिवान ने अपना हाथ हमारे सर पर रख कर लेकिन हम इसको भूल सकते है इसीलिए रोज सवेरे और बिच में निश्चित करलें टाइमिंग तिन बार दो बार सोते समय किसी विशेस कार्य के समय याद करें बाबा ने वरदान दिया है वरदान कहो या वचन दिया है जब भी तुम मुझे याद करोगे में तुम्हारे पास आजाऊंगा, याद करें तो उपस्थित हो जायेंगा। कितना सुंदर अनुभव होगा थिक है ना?
2. दूसरा वरदान याद करलें बाबा जैसे ही आते है वरदानी हाथ हमारे सर पर रख दिया और कहा **बच्चे आज से सफलता तुम्हारे साथ साथ चलेगी, सफलता तुम्हारा जन्म सिद्ध अधिकार रहेगा, जहाँ भी तुम कदम बढ़ाओगे सफलता तुम्हारे चरणो में आजायेगी।** कितना सुख मिलेगा याद करने से ही जो काम हमें कठिन लग रहे हो वोह बिलकुल सरल लगने लगेंगे। जब काम करने जा रहे है दिन में तब इस वरदान को फिर याद

करलों तो अगर वोह कार्य कठनाई से सफल होना है तो वोह सहज रूप से सफल हो जाएगा। इन अनुभवो कि अथॉरिटी भी बनना है हमें वरदानो के अनुभव बहोत सुंदर रहेंगे।

3. तीसरा वरदान - जो हमने मास्टर सर्व शक्तिवान कि बात कि उसको इस तरह से ले लें कि बाबा आगये हाथ हमारे सर पर रख दिया और कहा **बच्चे आज से मेरी शक्तियां तुम्हारे पास रहेंगी, तुम उन्हें आर्डर दे सकते हो, तुम उन्हें काम में लगा सकते हो मेरी शक्तियों पर तुम्हारा अधिकार है।** यह जरा गहरी बात है वरदान भी गहरा है कि हम एक एक शक्ति को भेज सकते है कि जाओ यह काम करके आओ, यह समस्या हल करके आओ । मानलो हम देखते है एक पेशेंट है उसको बहोत कष्ट हो रहा है उसकी सहन शक्ति नहीं काम कर रही है, वोह बहोत पीड़ित है । हम इस वरदान को याद करके सहन शक्ति से बात करेंगे जैसे सहन शक्ति साकार रूप में है, मूर्त रूप में है कि जाओ उसके पास जाओ उसको मदद करो यह बहोत सुंदर एक्सपेरिमेंट का तरीका होगा । हम देख रहे है कि आपका कोई व्यक्ति है उसके जीवन में कोई भयानक परिस्थिति आगयी वोह उसका सामना नहीं कर पा रहा है बिलकुल उसकी स्थिति मरने जैसे हो गयी है तो शक्ति का आह्वाहन करें सामना करने कि शक्ति उसको आर्डर दें कि जाओ उस आत्मा के पास उसको सामना करने का बल प्रदान करो । बहोत अच्छे अनुभव होने लगेंगे । यह वरदानो का प्रैक्टिकल स्वरुप रहेगा ।
4. ऐसे ही चौथा वरदान याद करलें बाबा आगये सर पर हाथ रखा और वरदान दिया **बच्चे तुम विघ्न विनाशक हो जहाँ तुम्हारे कदम पड़ेंगे उस स्थान के भी विघ्न नष्ट हो जायेंगे, जहाँ तुम उपस्थित होंगे आस पास के सभी विघ्न नष्ट हो जायेंगे ।** बहोत मजा आएगा किसी भी कार्य में विघ्न प्रतीत हो रहा हो इस वरदान को याद करके कार्य करेंगे विघ्न नष्ट हो जायेंगे ।

यह वरदानो को यूज़ करने कि विधि है, क्लियर है ना सभी को? सवेरे याद करलें, कर्म के समय याद करलें । ऐसे चार पांच वरदान अपने पास रखलें उसमें से आप चाहें तो किसी एक में स्पेसिफिक बन जाए मास्टरी करलें । यह वरदान मेरा है मुझे बाबा से यह वरदान प्राप्त है । एक एक वरदानो को भी ले सकते है तिन मास तक एक वरदान कि प्रैक्टिस कर ली जाए, पांच वरदान लेकर के तिन तिन मास तक उसको अभ्यास में लाया जाए और व्रत रख लें एक दो बार सवेरे, तिन बार कम से कम दिन में उस एक वरदान को याद करलें ताकि वोह भूलेगा नहीं । क्यूंकि सब को ध्यान में रखना है सब को पता है कि अच्छी से अच्छी बातें भी समय पर भूल जाती है, परिस्थियां भी हमें भुला देती है या हमारे पास बहोत व्यस्तता होती है हम और कुछ चीजो में भी बीजी रहते है कभी कभी तो इम्पोर्टेन्ट चीजे भूल जाती है । मानलो हम बाबा कि किसी अच्छी सेवा में ही है हम ज्ञान ही दे रहे है तो कुछ अच्छी बातें उसमें हमें भूल सकती है इसलिए उसको बार बार याद करके अपने अभ्यास में लाना इसकी बहोत जरुरत है । इससे जीवन बहोत सरल हो जाएगा, कर्म क्षेत्र पर बाबा के बहोत अच्छे अच्छे अनुभव होते रहेंगे, पसंद है सभी को? कर सकेंगे? करें ।

समस्या है, समस्या है यह केह ने कि जरुरत नहीं, समस्या किसके पास आती है? किसके पास? जो समस्याओं को नष्ट कर सकता है । यह संकल्प करें आप । हम कमजोर है इसलिए समस्या आ रही है यह ना सोचें, विघ्न उसके पास आये है जो विघ्न विनाशक है तो विघ्नो का क्या होगा? कागज आग के पास चला जाए तो कागज का क्या होगा? जलना है ना उसको? विघ्न उनके पास आये है जो विघ्न विनाशक है तो विघ्न नष्ट होने ही है । अपने में यह कॉन्फिडेंस बढ़ाएंगे सभी । इसलिए मुझे एक बहोत

अच्छी बात याद रहती है दादी के जाने के बाद बाबा ने दादी कि महिमा करते हुए कहा था ना कि दादी ने अपना जीवन निर्विघ्न और निरसंकल्प स्थिति में जिया है ।

निर्विघ्न जीवन । हम अपने जीवन को ऐसे ढंग से जीने लगे कि विघ्न आये ही नहीं । कुछ लोगो का जीवन जीने का ऐसा तरीका होता है कि बिना मतलब के विघ्न आते रहते है । विचार करेंगे सभी । कुछ लोग ऐसे है जिनके पास विघ्न नहीं आते, बहोत सारे लोग ऐसे है विघ्नो का जैसे आह्वाहन कर लेते है क्यूँ? विचार करेंगे सभी ।

- ✓ बोल कि गलती के कारण, गलत बोल छोटी सी बात को तूफ़ान बना सकते है
- ✓ अपने नेगेटिव संकल्प के कारण
- ✓ बहोत बड़ी चीज है नेगेटिव भावनाएं । अपने लिए हो चाहे दुसरो के लिए हो हमें ध्यान रखना चाहिए अपने जीवन में ध्यान देंगे सभी **कुछ भी हो जाए दुसरो के लिए हमारी भावनाएं बिगड़े नहीं ।**

कभी कभी किसी कि भावनाएं ऐसे भी हो जाती है कि संसार में कोई भी व्यक्ति अच्छा नहीं, सारे ख़राब है, सभी धोखे बाज है, सभी गड़बड़ करने वाले है, हो जाता है ना ऐसा? किसी अपने तक पहोच गया हो तो मनुष्य सोच लेता है कि सभी ऐसे है और **भावनाएं अगर मनुष्य ने बिगाड़ ली और जीवन में यदि निरासा भर ली तो शरीर कि बीमारियां भी बढ़नी ही है । हम अपनी बिमारियों को भी कण्ट्रोल में रख सकते है अपने मनोबल से, आत्मा के बल से ।** बाबा ने कहा था ना पिछले साल ब्रह्मा बाबा को देखा? कभी टेक लेकर के भी नहीं बैठे बिलकुल सीधे, चस्मा भी नहीं पहना, किसी का हाथ पकड़ के भी नहीं चलें फिर बाबा ने केह भी दिया था बच्चो को तो सहारा लेना पड़ता है । साथ साथ में हल्का भी कर दिया कि कोई बात नहीं प्रकृति तमो प्रधान है लेकिन रहष्य भी बता दिया था । ब्रह्माबाबा के साथ यह आत्मिक बल का प्रभाव था । हम भी **आत्मिक बल के द्वारा, संकल्प के बल के द्वारा अपने शरीर को भी बहोत चुस्त रख सकते है ।** अगर हम यह सोचते रहे कि में तो बीमार हूँ कोई कहे उठके वहाँ चलो तो कहेंगे में तो बीमार हूँ तो बीमारी बढ़ेगी या घटेगी? और भी बीमार हो जायेंगे । और जो मनुष्य हिम्मत रखता है, इतनी चुस्ती से बैठता है उसकी बीमारियां भी उससे डर के पीछे हट जाती है ।

तो हमें याद रखना है किसी भी कारण से अपने मनोबल को कमजोर नहीं पड़ने देना है, हिम्मत हारनी नहीं है । **अब हमारी ना केवल माया से युद्ध है लेकिन समस्याओं से भी बहोत भारी युद्ध है और आने वाले समय में प्रकृति से भी बहोत भारी युद्ध चलेगी ।** तीनो युद्ध करनी पड़ेगी । बाबा कि पहले मुरलियां चली है बहोत - **तुम्हारे अपने ही संस्कार यदि डिवाइन नहीं होंगे तो अपने ही संस्कार भी बड़े कष्ट दायक हो जायेंगे अंत में । सम्बन्ध जिनमें तुम्हारा बहोत मोह है वोह तुम्हे कांटे बन कर घायल करने लगेंगे,** कर रहे है लोगो को हम देख रहे है बहोत परिवारों में आप हम से बहोत ज्यादा देखते होंगे मोह वश उन्हें छोड़ भी नहीं सकते और रात दिन लड़ाई झगड़ा, रात दिन लड़ाई झगड़ा, घर में चैन नहीं, शांति नहीं लेकिन जरा भी अलग नहीं कर सकते ।

मुझे एक माता ने पूछा मेरा लड़का बहोत तंग करता है विदेश में रहता है तो मेने पूछा विदेश में रहके कैसे तंग करता है? तो कहा में उसे फ़ोन करती हूँ और बस मेरा फ़ोन करना और उसका कांटे चुभोना कहा में सो ही नहीं पाती हूँ । तो मेने कहा फ़ोन ना करो ना कुछ दिन, तिन मास में एक बार फ़ोन किया करो तब तक तुम्हारी स्थिति बिगड़े तो दो चार दिन में थिक हो जायेगी । तो कहा क्या करूँ में

माँ हूँ ना तो मुझसे रहा नहीं जाता । बस चार पांच दिन ही होंगे मेरा मन में उछल होने लगती है कि पता नहीं बच्चा कैसा होगा? फ़ोन किया और उधर से फायरिंग चालू फिर नींद ख़तम । यह स्थिति हो गयी है बहुतो कि ।

तो यह परिस्थियां बहोत बढ़ती जा रही है । हमें अपने को शक्तिशाली रखना ही है । कुछ चीजो में हमें अपने को हल्का रखना ही है । हल्का रखने के लिए अब एक लास्ट बात आपके सामने रख देता हूँ आप सब जानते है लेकिन उसको भी प्रैक्टिस में लाना है रोज एक बार सवेरे तो कम से कम याद कर लिया करें दो तिन बार कर लेंगे तो बहोत अच्छा होगा मन शांत होगा साक्षी द्रष्टा कि प्रैक्टिस । इन संकल्पो में करेंगे चार संकल्प हम ले लें केवल । हमें साक्षी दृष्टा होना है जिससे हमारा चित शांत हो जाए । बाबा ने अनेक बार कहा है साक्षी दृष्टा कि स्थिति ही सब से मीठी स्थिति है । बिलकुल सरल कर दिया **जैसे में इस संसार को साक्षी हो कर देखता हूँ वैसे ही तुम भी देखो तो तुम बाप सामान बन जाओगे ।** एक बहोत रहष्यमय बात जो सबको प्रिय लगेगी मुझे तो बहोत प्रिय लगी है कि - **अगर तुम साक्षी भाव में स्थित रहो तो तुम्हारा एक मास का काम एक घंटे में पूरा हो जाए ।** कितनी रहष्य भरी बात है ।

तो हम साक्षी दृष्टा स्थिति का अभ्यास करेंगे चार संकल्पो में ।

1. पहला संकल्प **यह संसार एक खेल है ।** हम सब जानते है हमारे लिए कुछ नयी बात नहीं है केवल हमें याद करना है ।
2. यह संसार एक खेल है **यहाँ सभी आत्माएं अपना अपना पार्ट बजा रही है ।** बहोत सुंदर संकल्प है आपके परिवार में भिन्न भिन्न तरह के लोग है कोई सुखदाई कोई दुखदाई, कोई बहोत अच्छा कोई कम अच्छा, कोई आपका बहोत सहयोगी तो कोई विरोधी, कोई बहोत प्यार करने वाला तो कोई घृणा करने वाला । एक परिवार में भी यह सब दिखाई देता है ।
3. सभी आत्माएं अपना अपना पार्ट बजा रही है **यहाँ किसी का कोई दोष नहीं ।**बहोत सुख मिलेगा ।
4. **जो कुछ हो रहा है वही सत्य है ।**

चार यह महावाक्य बाबा के । मन का क्रोध शांत हो जाएगा, मन में हर एक के क्रोध रहता है दुसरो के लिए इसने मेरे से ऐसा किया यह सूक्ष्म क्रोध और बदले कि भावना अग्नि के रूप में प्रज्वलित है हर मनुष्य के मन में किसी के मन में कम और किसी में ज्यादा । यह इन दो महावाक्य से नष्ट हो जायेगी यहाँ किसी का कोई दोष नहीं और जो कुछ हो रहा है वही सत्य है । कम से कम रोज एक बार रोज अवश्य याद करलें इस बात को, साक्षी भाव को । बहोत सुख मिलेगा ।

तो हम सभी वरदानो को याद करते हुए अपनी साधना कि यात्रा को जीवन कि यात्रा को और यूँ कहें पांच हजार साल की इस यात्रा के अंतिम छोर को आनंद में व्यतीत करें, सुखद फिलिंग में व्यतीत करें, इस स्मृति के साथ कि जब पांच हजार साल कि यात्रा पूरी होने को आयी है, तो क्या हुआ? क्या हुआ? स्वयं भगवान् इस यात्रा पर हमारा परम मित्र बन कर हमारे साथ चल दिया और कहा यह सारे बोज मुझे दे दो अब तुम्हारी यात्रा का अंतिम पड़ाव, अंतिम छोर के नजदीक है सारे बोज मुझे दे कर अब इस यात्रा का आनंद लो ।

लास्ट लाइन आप सब के सामने कहूंगा - सभी विचार करें **बुद्धिमान वही है जो आये हुए भगवान् से सब कुछ प्राप्त करलें, बुद्धिमान वही है जो अपने जीवन का वर्त्तमान का सम्पूर्ण आनंद प्राप्त करें, जो अपने को कहीं उलझाये नहीं ।** वोह व्यक्ति बुद्दिमान नहीं है जिसने अपने को उलझा लिया हो, बुद्धिमान वोह है जो उलझनो से सहज रूप से बहार निकल जाए ।
तो हम सभी इस जीवन का सम्पूर्ण आनंद लें ।

-:ओम शांति :-

-:ज्ञान रत्न :-

- ✓ बाबा अपनी हजार भुजाओ सहित, सम्पूर्ण शक्तियों सहित मेरे साथ है। और जहाँ बाबा और उसकी सम्पूर्ण शक्तियां काम कर रही हो वहाँ विजय ही विजय, माया भी नहीं रहेगी, हम भी बहोत शक्तिशाली बन जायेंगे।
- ✓ बच्चे यह धरती अब देवताओं के लिए खाली होनी है, देवताओ के पावन कदम इस धरा को तभी तो सुशोभित करेंगे जब यह खाली हो जाए।
- ✓ जो बच्चे मास्टर सर्व शक्तिवान के नशे में रहते है विघ्न और समस्याएं उनके पास आ नहीं सकती।
- ✓ बाबा केह रहे है बच्चे आज से मेरी सभी शक्तियों पर तुम्हारा अधिकार है अब यह शक्तियां तुम्हारे आर्डर में काम करेगी।
- ✓ हम कमजोर नहीं है, शिवशक्तियां कमजोर नहीं। कमजोर को बल देने वाले है।
- ✓ कोई भी कर्म यदि शुभ स्मृति से प्रारम्भ किया जाए और यदि साधारण स्मृति से प्रारम्भ किया जाए दोनों में महान अंतर है।
- ✓ जो मास्टर सर्व शक्तिवान के नशे में रहते है वोह अपनी संकल्प शक्ति से ही सब कुछ कर सकते है।
- ✓ जो वरदान तुम्हे बाबा से मिले है उन्हें रोज सवेरे और कर्म के समय स्मृति में लाया करो। वरदान का अर्थ होता है जो केह दिया अब वोह होने लगा
- ✓ जिसने वरदानो को वरदान के रूप में स्वीकार कर लिया उसके लिए वोह वरदान बन गए। ऐसे नहीं कि हम सोचें कि यह तो केवल बाबा के महावाक्य है यह तो बाबा सदा ही बोलता है, यह नहीं, यह मेरे लिए वरदान है।
- ✓ बच्चे जब भी तुम मुझे याद करोंगे में तुम्हारे पास उपस्थित हो जाऊँगा।
- ✓ बच्चे आज से सफलता तुम्हारे साथ साथ चलेगी, सफलता तुम्हारा जन्म सिद्ध अधिकार रहेगा, जहाँ भी तुम कदम बढ़ाओगे सफलता तुम्हारे चरणो में आजायेगी।
- ✓ बच्चे आज से मेरी शक्तियां तुम्हारे पास रहेंगी, तुम उन्हें आर्डर दे सकते हो, तुम उन्हें काम में लगा सकते हो मेरी शक्तियों पर तुम्हारा अधिकार है।
- ✓ बच्चे तुम विघ्न विनाशक हो जहाँ तुम्हारे कदम पड़ेंगे उस स्थान के भी विघ्न नष्ट हो जायेंगे, जहाँ तुम उपस्थित होंगे आस पास के सभी विघ्न नष्ट हो जायेंगे ।
- ✓ कुछ भी हो जाए दुसरो के लिए हमारी भावनाएं बिगड़े नहीं । भावनाएं अगर मनुष्य ने बिगाड़ ली और जीवन में यदि निरासा भर ली तो शरीर कि बीमारियां भी बढ़नी ही है । हम अपनी बिमारियों को भी कण्ट्रोल में रख सकते है अपने मनोबल से, आत्मा के बल से ।
- ✓ आत्मिक बल के द्वारा, संकल्प के बल के द्वारा अपने शरीर को भी बहोत चुस्त रख सकते है ।
- ✓ अब हमारी ना केवल माया से युद्ध है लेकिन समस्याओं से भी बहोत भारी युद्ध है और आने वाले

समय में प्रकृति से भी बहोत भारी युद्ध चलेगी ।

- ✓ तुम्हारे अपने ही संस्कार यदि डिवाइन नहीं होंगे तो अपने ही संस्कार भी बड़े कष्ट दायक हो जायेंगे अंत में । सम्बन्ध जिनमें तुम्हारा बहोत मोह है वोह तुम्हे कांटे बन कर घायल करने लगेंगे
- ✓ जैसे में इस संसार को साक्षी हो कर देखता हूँ वैसे ही तुम भी देखो तो तुम बाप सामान बन जाओगे।
- ✓ अगर तुम साक्षी भाव में स्थित रहो तो तुम्हारा एक मास का काम एक घंटे में पूरा हो जाए ।
- ✓ बुद्धिमान वही है जो आये हुए भगवान् से सब कुछ प्राप्त करलें, बुद्धिमान वही है जो अपने जीवन का वर्त्तमान का सम्पूर्ण आनंद प्राप्त करें, जो अपने को कहीं उलझाये नहीं ।