## *संस्कारों का संस्कार करने के लिए ज्वालामुखी योग – 1*

1. ज्वालामुखी योग अर्थात् **अपने को शक्तिशाली आत्मा समझ एक परमात्मा से कम्बाइंड हो जाना।**
2. कैसे भी वायुमण्डल में बापदादा के साथ कम्बाइन्ड स्थिति का अनुभव करना ही ज्वालामुखी योग है।
2. देही अभिमानी बन बाप की याद से शक्तिशाली स्टेज का अनुभव करना ही ज्वालामुखी योग है।
3. देह की दुनिया से दूर ब्रह्माण्ड में रह बाप के साथ का अनुभव करना ही ज्वालामुखी योग है।
4. सदा बापदादा की छत्रछाया में रहना ही ज्वालामुखी योग है।
6. आत्मा के सातों गुणों का अनुभव कर बाप के प्यार में लीन हो जाना ही ज्वालामुखी योग है।
7. सदा लाइट के कार्ब में रहकर सर्वशक्तियों की किरणें फैलाने का अनुभव ही ज्वालामुखी योग है।
8. बाप से पावर लेकर अपने को पावरफुल बनाना ही पावरफुल ज्वालामुखी योग है।
9. सर्व सम्बन्धों से निरंतर बापदादा के साथ का अनुभव करना ही पावरफुल योग है।
10. मन, बुद्धि, दिल, दिमाग, शरीर को स्थिर कर मास्टर बीजरूप स्थिति का अनुभव ही ज्वालामुखी योग है।

**ज्वालामुखी स्वमान :–**

1. मैं विश्व में चारों ओर परमात्म शक्तियों की लाइट माइट फैलाने वाली मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा हूं...।
2. मैं प्रकृति के पांचों तत्वों, विश्व की सर्व आत्माओं को परमात्म लाइट माइट देने वाला लाइट हाउस हूं...।
3. मैं पतित आत्माओं के पतित संकल्पों, वृत्तियों, दृष्टि को भस्म करने वाला पवित्रता का सूर्य हूं...।
4. मैं संसार के अपवित्रता रूपी किचड़े को खाक करने वाली मास्टर बीजरूप ज्वालास्वरूप आत्मा हूं...।
5. मैं संसार की समस्त आत्माओं के आसुरी संस्कारों को जलाने वाली शिवशक्ति आत्मा हूं...।
6. मैं मन, बुद्धि, संस्कारों की मालिक स्वराज्य अधिकारी शक्तिशाली मास्टर ज्ञान सूर्य आत्मा हूं....।
7. मैं सबके संताप, दुःख, दर्द, टेन्शन, बीमारियों को मिटाने वाली मास्टर दुःख हर्ता, सुखकर्ता आत्मा हूं...।

**ज्वालामुखी योगी की निशानियां :–**

1. मन, बुद्धि को जहां चाहें, जितना समय चाहें, जैसे चाहें वहां स्थित करेंगे। कर्मेन्द्रियों पर पूरा नियंत्रण होगा।
2. सर्व प्रकार के बोझ से मुक्त, सदा उड़ती कला का अनुभव होगा।
3. निराकारी, निर्विकारी, निरंहकारी स्थिति के अनुभवी बन जायेंगे।
4. खुशी का पारा दिन प्रतिदिन चढ़ता ही जाएगा।
5. सदा अतिन्द्रिय सुख के झूले में झूलते रहेंगे, कर्मेन्द्रियां शान्त व शीतल होंगी।
6. सदा मिलनसार, डबल लाईट और एक्युरेट होंगे।
7. सदा अतंर्मुखी होंगे, गंभीरता और रमणीकता का बैलेंस होगा।
8. सदा अलौकिक नशे, ईश्वरीय याद की मस्ती में मस्त रहेंगे।
9. पुराने संस्कारों के वश में नहीं होंगे।
10. नजर से निहाल करने की कला आ जाएगी।
11. स्थितप्रज्ञ, हर परिस्थिति में संतुलित रहेंगे रमतायोगी होंगे।
12. सदा निमित, निर्मान, निर्माण और निर्मल वाणी वाले होंगे, दृष्टि, वृति में रूहानी आकर्षण होगी।
13. मन्सा, वाचा और कर्मणा पवित्रता में परिपक्वता आती जाएगी।
14. कर्मों में कुशलता आएगी, धैर्यवत होंगे, न्यारे प्यारे होंगे, उपराम होंगे।
15. वाणी में जौहर भर जाएगा, वाणी से वरदानी बोल निकलेंगे।

## *संस्कारों का संस्कार करने के लिए ज्वालामुखी योग – 2*

***ज्वालामुखी स्वमान :–*** मैं परमात्म शक्तियों की लाइट माइट से संपन्न मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा हूं...।

***अमृतवेले योगाभ्यास :–*** परमपिता परमात्मा शिव बाबा से कम्बाइण्ड होकर मैं आत्मा सर्व शक्तियों से भरपूर हो गई हूं.....। भृकुटि सिंहासन पर विराजमान मुझ आत्मा से निकल रही सर्व शक्तियों की रंगबिरंगी किरणें संसार की सर्व आत्माओं के दुःख, संताप, पीड़ा, बीमारियों को दग्ध कर रही हैं, संसार में बढ़ती अशान्ति, चिन्ता, उदासी, पुराने स्वभाव, संस्कार के प्रभाव से सर्व आत्माएं मुक्त हो रही हैं।

***आओ हम योग को ज्वालामुखी बनाने के लिए दृढ़ प्रतिज्ञा करें :–***

1. टी. वी. में समाचार के सिवाए और कुछ नहीं देखेंगे।
2. अमृतवेला व मुरली मिस नहीं करेंगे।
3. व्यर्थ की बातों में समय नहीं गंवाएंगे।
4. बापदादा की ओर से मिले होमवर्क को रोजाना रिवाइज करना।
5. अन्तर्मुखी रहेंगे, ज्यादा बाह्मयमुखता में नहीं आएंगे।
6. कर्म करते बीच-बीच में अशरीरीपन का अभ्यास करेंगे।
7. जितना ज्यादा हो सके पांच स्वरूपों का अभ्यास करेंगे।

***नुमाशाम योगाभ्यास :–*** मैं आत्मा अपने प्रकाशमय कायाधारी फरिश्ते की चमकीली ड्रेस में विश्व ग्लोब के ऊपर बैठा हूं..। मेरे सिर पर स्वयं सर्वशक्तिवान शिव बाबा की छत्रछाया है। शिव बाबा से निरन्तर सर्वशक्तियों की किरणें मुझ आत्मा में प्रवेश कर रही हैं...। मुझ आत्मा से सर्वशक्तियों की किरणें निकलकर प्रकृति के पांचों तत्वों सहित विश्व की सर्वआत्माओं तक पहुंच रही हैं... सबको पावन बना रही हैं ....., सबको सम्पूर्ण पवित्रता की गुड फीलिंग करवा रही हैं..., सुख, शान्ति, आन्नद, प्रेम व शक्ति की गहन अनुभूति करवा रही हैं.....।

**शिव भगवानुवाच :–** मैं आत्मा ज्योति रूप हूँ–यह तो लक्ष्य है ही। लेकिन मैं आकार में भी कार्ब में हूँ। चारों ओर अपना स्वरूप लाइट ही लाइट के बीच में स्मृति में रहे और दिखाई भी दे तो ऐसा अनुभव हो। जैसे कि आइने में देखते हो तो स्पष्ट रूप दिखाई देता है, वैसे ही नॉलेज रूपी दर्पण में, अपना यह रूप स्पष्ट दिखाई दे और अनुभव हो। चलते-फिरते और बात करते, ऐसे महसूस हो कि `मैं लाइट-रूप हूँ, मैं फरिश्ता चल रहा हूँ और मैं फरिश्ता बात कर रहा हूँ।' तो ही आप लोगों की स्मृति और स्थिति का प्रभाव औरों पर पड़ेगा।

## *सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ*

## *संस्कारों का संस्कार करने के लिए ज्वालामुखी योग – 3*

***इस बार हम ज्यादा से ज्यादा परमधाम में अपने मन, बुद्धि को शिव बाबा पर एकाग्र करेंगे, क्योंकि परमधाम की बीजरूप स्थिति में रहकर ही विकर्म विनाश होते हैं।***

***ज्वालामुखी स्वमान :–***

मैं पतित आत्माओं के पतित संकल्पों, वृत्तियों, दृष्टि को भस्म करने वाला पवित्रता का सूर्य हूं...।

***सवेरे–सवेरे :–*** मस्तक सिहांसन पर विराजमान मुझ पवित्रता की सूर्य आत्मा के साथ स्वयं सर्वशक्तिमान शिव बाबा कम्बाइण्ड हैं, मैं आत्मा अति शक्तिशाली हूं, फुल प्योरिटी से सम्पन्न आत्मा हूं....., मुझ आत्मा से श्वेत रंग की अनगिनत पवित्रता की किरणें निकलकर निरन्तर चारों ओर दूर-दूर तक प्रवाहित हो रही हैं, संसार के कोने-कोने तक पवित्रता का प्रकाश फैल रहा है.....।

***चलते–फिरते :–*** मैं पवित्रता का फरिश्ता हूं....., मैं लाईट के कार्ब में चल रहा हूं, मेरे से चारों ओर पवित्रता का प्रकाश ही प्रकाश फैल रहा है... मैं एकदम डबल लाईट हूं.....।

***कर्म करते :–*** सदा पवित्रता के सूर्य शिव बाबा के सम्मुख रहें। जिस प्रकार सूर्य की किरणें निरन्तर नीचे धरती की ओर आती रहती हैं, सूर्य के सामने रहने से गर्मी का अनुभव होता है इसी तरह ज्ञान सूर्य शिव बाबा के सम्मुख रहने से आत्मा परम पवित्र बन जाएगी। सर्वशक्तियों से चार्ज हो जाएगी। इसलिए निरन्तर हम अपने को ज्ञान सूर्य शिव बाबा की छत्रछाया के नीच अनुभव रहेंगे, बाबा की किरणों के नीचे रहने का अनुभव करते रहेंगे और अन्य आत्माओं को भी अनुभव करायेंगे।

***और क्या चाहिए*** – सदा याद रहे स्वयं लाइट हाउस मेरे साथ है।

वाह, स्वयं भगवान मेरा हो गया और क्या चाहिए। सदा खुश, कोई भी देखे, तो सोचें यह बहुत भाग्यवान आत्मा दिखाई देती है। सबसे श्रेष्ठ रंग है परमात्म संग का रंग।

यह भाग्य सारे कल्प में आप भाग्यशाली बच्चों के सिवाए और कोई प्राप्त नहीं कर सकता।

*अपना शिवशक्ति स्वरूप याद रखो* – यह स्मृति मायाजीत, प्रकतिजीत स्वतः बना देती है।

***ज्वालामुखी योगी बनो :–*** ज्वालामुखी योग से अपने पुराने संस्कारों का संस्कार करो।

अमृतवेले विशेष ज्वालामुखी योग की स्टेज पर स्थित हो संस्कारों का संस्कार करो।

दृढ़ संकल्प करो कि आज से अटेन्शन, नो टेन्शन। सदा टेन्शन फ्री।

बाप के वरदान की मदद का अनुभव करके देखना।

*समय फिक्स करो :-* रहमदिल, विश्वकल्याणकारी बन अपनी खुशी की खुराक द्वारा दुःखी आत्माओं को मन्सा शक्ति द्वारा वरदान देकर उन्हों को भी खुश करो।

***मीठे बच्चे :–*** *इस पुरानी दुनिया व देहधारियों से दिल कभी नहीं लगाना, दिल लगाई तो नसीब फूट जाएगा।*

***शिवभगवानुवाच***

## *सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ*

## *संस्कारों का संस्कार करने के लिए ज्वालामुखी योग – 4*

***स्वमान :–*** मैं मास्टर बीजरूप ज्वालास्वरूप आत्मा हूं....।

**अमृतवेले योगाभ्यास :–** ब्रह्माण्ड में रहने वाली मैं ज्वालास्वरूप आत्मा अपनी देह को छोड़कर अपने घर परमधाम में जा रही हूं....। अब मुझे 3:30 से 4:45 बजे तक बीजरूप अवस्था में रहकर स्वयं को, प्रकृति के पांचों तत्वों को पावन बनने की सेवा करनी है....। मैं मास्टर बीजरूप आत्मा अपने प्रियतम बीजरूप शिव बाबा के साथ कम्बाइंड हो गई हूं..., इस पुरानी की सुध बुध से परे बाबा में समा गई हूं...।

**रूहरिहान करते बाबा के साथ का अनुभव :–** अहो.., बाबा आपमें कितनी शक्तियां हैं.... असीम शान्ति हं... कितना आनंद आ रहा है....। ओ मेरे पवित्रता के सागर, प्राणप्यारे बाबा मैं अब आपमें ही समाई रहूंगी, आपसे कभी जुदा नहीं होंगी.....। महाज्योति शिव बाबा में खो जाने का अनुभव करें..., लंबे समय तक इसी अनुभव में समा जाएं...., यह सवा घण्टे का टाइम ऐसे बीतेगा जैसे कोई पांच मिनट ही हुए हों। सचमुच बाबा आपसे कम्बाइन्ड होने का यह अनुभव कितना निराला है। शिव बाबा से कम्बाइंड होकर मैं आत्मा सर्वशक्तियों से बाप समान सम्पन्न हो गई हूं...। बाबा मुझे परमधाम से नीचे भेज रहे हैं..., मैं जगमगाती ज्योति ब्रह्माण्ड से धीर-धीरे नीचे की ओर आ रही हूं...,।

सूक्ष्मवतन में बापदादा के पास पहुंच गई हूं..., जहां प्यारे ब्रह्मा बाबा की भृकुटि में शिव बाबा चमक रहे हैं..., मैं बापदादा के सम्मुख अपनी चमकीली ड्रेस फरिश्ते रूप में बैठ जाता हूं... मुझ आत्मा से असंख्य सर्वशक्तियों की रंगबिरंगी किरणें निकल संसार में चारों ओर फैल रही हैं.., विश्व की सर्व आत्माओं व प्रकृति के पांचों तत्वों को पवित्रता के बायब्रेशन पावन बना रहे हैं...।

***कर्मक्षेत्र पर :–*** मैं आत्मा निमित हूं... बाबा ने मुझे विश्वसेवा के लिए निमित बनाकर भेजा है थोड़े समय के लिए....., मैं आत्मा भृकुटि में बैठकर कर्मेन्द्रियों द्वारा कर्म कर रही हूं....., यह शरीर बाबा की सेवार्थ है। मैं आत्मा तो बाबा की बन गई हूं, सेवार्थ बाबा ने मुझे निमित बनाया है....। कार्य करने के बाद फिर मैं अपने वतन की ओर लौट जाऊंगी.....।

**चलते फिरते अनुभव :–** चलते फिरते हम अपनी आत्मिक स्थिति को परिपक्क बनाने के पुरुषार्थ में तत्पर रहेंगे। मस्तक में बैइकर मैं आत्मा इस शरीर को ले जा रही हूं.....। मैं देह से न्यारी हूं..., शाम को मैं आत्मा इस देह से निकलकर अपने स्वीटहोम चली जाऊंगी जहां शान्ति ही शान्ति, बाबा का प्यार.. चारों ओर प्रकाश ही प्रकाश है.....।

***शिव भगवानुवाच :–*** तीव्र पुरुषार्थ की लगन को अग्नि रूप में लाओ। ज्वालामुखी बनो। समय प्रमाण रहे हुए जो भी मन के, सम्बन्ध-सम्पर्क के हिसाब-किताब हैं उसको ज्वाला स्वरूप से भस्म करो। लगन है, इसमें बापदादा भी पास करते हैं लेकिन अभी लगन को अग्नि रूप में लाओ। विश्व में एक तरफ भ्रष्टाचार, अत्याचार की अग्नि होगी, दूसरे तरफ आप बच्चों का पावरफुल योग अर्थात् लगन की अग्नि ज्वाला रूप में आवश्यक है। यह ज्वाला रूप इस भ्रष्टाचार, अत्याचार के अग्नि को समाप्त करेगी और सर्व आत्माओं को सहयोग देगी। यह याद की अग्नि आत्माओं को शीतल स्वरूप की अनुभूति करायेगी। बेहद की वैराग्य वृत्ति प्रज्वलित करायेगी। **समय अनुसार अभी ज्वाला रूप बनो।** **अ.बा. 30.3.99**

## *सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ*
## *संस्कारों का संस्कार करने के लिए ज्वालामुखी योग – 5*

**स्वमान :– मैं आत्मा सर्व आत्माओं के दुःख, दर्द, टेन्शन को मिटाने वाली मास्टर दुःख हर्ता, सुखकर्ता हूं..।**

***अमृतवेले :–*** रिफ्रेश होकर बाबा की आंखों में अपनी आंखे डालकर मन को पूरी तरह एकाग्र करते हुए अनुभव करें कि बाबा की आंखों से सर्वशक्तिवान शिव बाबा की सर्वशक्तियों की चमकती हुई किरणों की रेज़ मुझ आत्मा में समाती जा रही हैं ....., मैं आत्मा पूरी तरह समर्थ बन गई हूं....। मुझ आत्मा से निकलती किरणें संसार की सर्व आत्माओं में समा रही हैं, संसार की सर्व आत्माओं के दुःख, दर्द, टेन्शन, चिन्ता आदि सब बीमारियां समाप्त हो रही हैं सब आत्माएं परमात्म शक्तियों का अनुभव कर रही हैं, परमात्म प्यार का अनुभव कर रही हैं, सच्ची सुख, शान्ति व आनन्द का अनुभव कर रही हैं.....। इसी विजन के साथ अमृतवेले का पूरा आनंद लेकर ब्राह्मण जीवन की मौज में रहने का मजा लेना है.....।

***कर्मक्षेत्र :–*** सवेरे बाबा की मुरली सुनने अथवा पढ़ने के पश्चात सारे दिन कर्म करते उसे बार बार स्मृति में लाते बाबा के महावाक्यों का स्वरूप बनकर सेवा सब को सुख देना है। मुख से सुखदायी व मधुर बोल ही निकलें। सबको सुख देने की ही भावना रहे। कैसी भी परिस्थिति आ जाए अपने सच्चा स्वधर्म शान्त स्वरूप में रहकर दूसरों को भी शान्ति का अनुभव कराकर बाबा के साथ का अनुभव कराने में बिजी रहना है। कर्म करते योग लगा रहे यही श्रेष्ठ तपस्या है।

***नुमाशाम :–*** शिवभगवानुवाच है कि अपनी निर्विघ्न स्थिति बनाने के लिए नुमाशाम का योग कभी मिस नहीं करना। इसलिए अपने कार्यव्यवहार से शाम के समय जब भी निवृत हों तो बाबा के प्यार में डूब जाना हैं। बाबा से हुई सर्वप्राप्तियों की स्मृति में, अपने भाग्य का सिमरन करते हुए, बाबा की महिमा करते हुए प्रकृति के पांचों तत्वों सहित विश्व की सर्व आत्माओं को कम से कम आधा घण्टा सकाश देना है, सोने से पूर्व बाबा को अपना पूरा पोतामेल देकर बाबा की गोद में सोने से अमृतवेला भी ताकतवर होगा।

***शिवभगवानुवाच :–*** अभी बापदादा सभी को एक सेकण्ड का कार्य देते हैं। अभी-अभी एक सेकण्ड में अपने आपको और सभी संकल्पों से दूर कर बिन्दू रूप में स्थित कर सकते हैं? एक सेकण्ड में मैं बिन्दू हूं, कोई संकल्प नहीं बिन्दू हूं। यह प्रैक्टिस 15 दिन, सारे दिन में हर घण्टे में एक सेकण्ड में बिन्दू लगाओ, यह प्रैक्टिस हर एक करना और वातावरण में रहकर, अपने कार्य में रहते चेक करना कि एक सेकण्ड में बिन्दू रूप में सफलता मिली? क्योंकि यहां तो वायुमण्डल भी है लेकिन अपने-अपने स्थान में रहते सेकण्ड में बिन्दू स्वरूप में स्थित हो सकते हैं, क्योंकि बापदादा ने बता दिया है, जितना आगे चलते जायेंगे उतना यह एक सेकण्ड में बिन्दू स्थिति में स्थित होने की आवश्यकता पड़ेगी। इसलिए अपने आपको ही चेक करना और रिपोर्ट टीचर को लिखकर देना। यह होमवर्क है। इसकी रिजल्ट बापदादा के पास आयेगी तो देख लेंगे, इससे पता पड़ेगा कि आप 108 या 16 हजार की माला, उसके अधिकारी हैं, सेकण्ड में रोज की दिनचर्या में कितना सफल हुए उससे पता पड़ेगा कि आप किस योग्य हैं।

## *सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ*

## *संस्कार परिवर्तन के लिए ज्वालामुखी योग – 6*

**स्वमान :– मैं बाबा के प्यार में खोई रहने वाली सर्वश्रेष्ठ आत्मा हूं....।**

**अमृतवेला –** सवेरे बाबा से अच्छी तरह मिलन मनाकर अपने को सर्वशक्तियों से भरपूर कर लेना है। बाबा से मीठी-मीठी रूहरिहान करते हुए बाबा से हुई प्राप्तियों की स्मृति में बाबा के प्यार में खो जाना है।

**अनुभव –** अनुभव करें कि बाबा का वरदानी हाथ मेरे सिर पर हैं बाबा मेरे मस्तक पर हाथ फेरकर मुझे बहुत प्यार कर रहे हैं, मुझ सर्वशक्तियों से फुलचार्ज कर रहे हैं....। बाबा का असीम प्यार मुझ पर बरस रहा है। कभी परमधाम में शिव बाबा को निहारें, कभी बाबा से कम्बाईंड स्थिति का अनुभव करें, कभी बाबा से मुझ आत्मा में किरणें आ रही हैं ऐसा अनुभव करें, इन्हीं अनुभवों को लंबे समय तक बढ़ाते जाना है। एकदम अशरीरी स्थिति में होकर बाबा के साथ कम्बाइंड होकर पूरे विश्व को सकाश देने की अनुभूति में मग्न हो जाएं।

**कार्य करते समय** - बार बार बापदादा का आहवान करें। बाबा को अपना साथी बनाकर कार्य करने से बहुत हल्केपन का अनुभव होगा। जैसे बाबा ही करा रहा है, मैं आत्मा तो निमित्त मात्र हूं, कराने वाला बाबा है, मैं आत्मा तो बाबा की छत्रछाया में कार्य कर रही हूं....।

**चलते फिरते –** मैं देव आत्मा हूं, देवताई संस्कारों को इमर्ज करें कि देवताओं जैसी चलन, देवताओं जैसे बोल, देवताओं जैसे कर्म, देवताओं जैसे सम्बन्ध सम्पर्क, देवताओं जैसी व्यवहारिकता, देवताओं जैसी सदा देने की वृत्ति, अपने देवताई पद के नशे में रहकर स्वर्ग राजधानी में राज करने का अनुभव करना है। याद रहे कि बाबा ने हमें इस संसार में सबको सुख शान्ति का रास्ता दिखाने के लिए ही भेजा है।

**अपनी स्थिति –** बाबा की याद में अपनी स्थिति को श्रेष्ठ से श्रेष्ठ बनाना है। क्योंकि अन्तिम समय हमारी स्थिति ही काम आएगी। स्थिति बहुत बड़ी बात है, स्थिति को बनाने में समय लगता है लेकिन बिगड़ने में सेकेण्ड लगता है इसलिए अटेन्शन देकर हमें किसी भी कीमत पर अपनी स्थिति को नहीं बिगाड़ना है।

**ज्ञान योग के समय को न गंवाए –** सवेरे अमृतवेला, मुरली क्लास, दिन में सेवा, नुमाशाम का योग आदि ब्राह्मण जीवन का श्वांस है, श्वांस नहीं तो जीवन नहीं इसलिए समय रुपी खजाने का महत्व समय पर ही होता है।

**इन चीजों का त्याग जरूरी –** टी.वी. देखना, ज्यादा देर तक समाचार पत्र पढ़ना, फिल्मी गाने सुनना, अर्थहीन बातों में अपना समय बर्बाद करना, परचिन्तन, परदर्शन आदि का त्याग ही हमारे भाग्य को आधार है।

**बार–बार मन की ड्रिल करें –** अपने अनादि स्वरूप, आदि,स्वरूप, पूज्य ईष्टदेव स्वरूप, ब्राह्मण स्वरूप, फरिश्ता रूप की ड्रेस को बार-बार पहनकर उस स्वरूप के अनुभव में रहकर औरों को भी अनुभव कराने के मीठे पुरुषार्थ में अपनी मौलाई मस्ती में रहना है.....।

***शिवभगवानुवाच :–*** मन को फ्री नहीं छोड़ो, सारे दिन में जो भी टाइम मिले, उसमें मन्सा सेवा जरूर करना। दु:खियों को सुख दे, परेशान को कुछ शक्ति दे करके पुण्य का काम करो। मन्सा सेवा में दु:खियों का भी फायदा, आपका भी फायदा।

## *सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ*

## *संस्कार परिवर्तन के लिए ज्वालामुखी योग – 7*

***स्वमान :–*** मैं निरन्तर अतिन्द्रिय सुख में रहने वाली महान आत्मा हूं.....।

***निरन्तर स्मृति :–*** मैं मरजीवा ब्राह्मण आत्मा इस पुरानी दुनिया में थोड़े दिनों का मेहमान हूं.....। मेरा यह नया ब्राह्मण जन्म है, पुराने स्वभाव-संस्कार से मैं मर चुका हूं...., जब मैंने तन-मन-धन सब तेरा कह दिया तो देह भी मेरी कहां रही ? मन भी बाबा को दे दिया तो मन में संकल्प भी वहीं आएंगे जो बाबा ने मन के लिए शुद्ध व श्रेष्ठ संकल्पों की श्रीमत दी है.....,धन भी सेवार्थ है...।

***शिवभगवानुवाच :–*** बाप ही पुराने शरीरों में शक्ति भरकर चला रहे हैं। जब पुरानी दुनिया से सन्यास कर लिया तो मन, बुद्धि पुरानी दुनिया में जाते ही क्यों है ? यह मेरी देह नहीं लेकिन सेवा अर्थ अमानत है। जैसे मेहमान बन देह में रह रहे हैं। थोड़े समय के लिए बापदादा ने कार्य के लिए आपको यह तन दिया है। तो आप क्या बन गये ? मेहमान! मेरे-पन का त्याग और मेहमान समझ महान कार्य में लगाओ। मेहमान को क्या याद रहता है ? असली घर याद रहता है या उसी में ही फँस जाते हो! तो आप सबका यह शरीर रूपी घर भी, यह फ़रिश्ता स्वरूप है, फिर देवता स्वरूप है। उसको याद करो। *इस पुराने शरीर में ऐसे ही निवास करो जैसे बापदादा पुराने शरीर का आधार लेते हैं लेकिन शरीर में फँस नहीं जाते हैं। कर्म के लिए आधार लिया और फिर अपने फ़रिश्ते स्वरूप में स्थित हो जाओ। अपने निराकारी स्वरूप में स्थित हो जाओ।*

**सवेरे-शाम योगाभ्यास :–**

1. मैं आत्मा एक सेकेण्ड में देह को छोड़ परमधाम में अपने विदेही प्रीत्तम के साथ कम्बाईण्ड हो गई हूं...। बाबा से कम्बाईण्ड होकर मैं आत्मा संपूर्ण पावन बन गई हूं, सर्वशक्तियों से फुलचार्ज हो गई हूं...।

2. परमधाम से महाज्योति शिव बाबा नीचे आए और मुझ आत्मा को अपने साथ ले गए, मैं और बाबा दोनों कम्बाईण्ड होकर विश्व का भ्रमण कर रहे हैं....., प्रकृति के पांचों तत्वों सहित विश्व की सर्व आत्माओं को सुख, शान्ति, पवित्रता व सर्वशक्तियों का सकाश दे रहे हैं.....।

**कर्म करते :–** मैं आत्मा बाबा की इन्स्ट्रूमेंट हूं... बाबा ने मुझे इस सृष्टि रंगमंच पर सेवार्थ भेजा है जो भी सेवा मुझे निमित्त आत्माओं द्वारा मिलती है उसे बाबा की श्रीमत समझ मैं सेवा कर रही हूं... बाबा मुझ आत्मा से सेवा करवाकर मेरे भाग्य को बना रहे हैं...। मैं आत्मा निश्चिन्त हूं..., निर्बन्धन हूं.., स्वतंत्र हूं..., डबल लाईट हूं..., मेरे से निरन्तर शान्ति के वायब्रेशन प्रवाहित होकर चारों ओर फैल रहे हैं...।

**याद रहे :–** योगयुक्त, युक्तियुक्त सेवाधारी सेवा करते भी सदा उपराम रहते हैं.....।

## सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ
## संस्कार परिवर्तन के लिए ज्वालामुखी योग – 8

**स्वमान :–**

अमृतवेले 3:30 से 8:00 बजे तक : - मैं आत्मा लाइट-माइट हाउस मास्टर सर्वशक्तिवान हूं....।

सवेरे 8:00 से 12:00 बजे तक :- मैं आत्मा मास्टर ज्ञानसूर्य हूँ....।

दोपहर12:00 से 4 बजे तक :- मैं पदमापदम भाग्शाली आत्मा हूं....।

शाम 4:00 से 8:00 बजे तक :- मैं आत्मा पावरहाउस हूं....।

रात्रि 8:00 से 10:30 बजे तक :- मैं सर्वशक्तिवान बाप से प्राप्त सर्वशक्तियों का मालिक हूं....।

***शिवभगवानुवाच***

***सदा स्मृति रहे :–*** मालिक सदा मालिक ही होता है। अभी-अभी मालिक, अभी-अभी भिखारी ऐसे मास्टर सर्वशक्तिवान् होते हैं क्या ? मालिक से बार-बार रॉयल भिखारी क्यों बनते हो ? बाप के सामने भी जब बच्चा आकर यह कहे कि बाबा हमको मदद करना, शक्ति देना और सहारा देना, इसको क्या कहा जाता है ? क्या इसको रॉयल भिखारीपन नहीं कहेंगे ? यह हैं भक्ति के संस्कार। जैसे देवताओं के आगे जाकर कहते थे कि आप तो सर्वगुण सम्पन्न हो और मैं.... वैसे ही बाप के आगे मास्टर सर्वशक्तिवान् आकर कहता है कि बाबा आप तो सर्वशक्तियों के सागर हो लेकिन मुझ में वह शक्ति नहीं है, निर्बल हूँ, माया से हार खा लेता हूँ, व्यर्थ संकल्पों को कन्ट्रोल नहीं कर पाता हूँ और माया के विघ्नों से घबरा जाता हूँ तो क्या ये वही भक्ति के संस्कार नहीं हुए ?

***अपने श्रेष्ठ स्वमान में रहो :–*** मास्टर सर्वशक्तिवान्, मास्टर ज्ञान, प्रेम और आनन्द सभी के सागर, अपने लिये फिर कहे कि जरा-सी शक्ति की कमी है तो क्या उनको मास्टर सागर कहेंगे ? एक तो स्वयं को मास्टर ज्ञान का सागर, आनन्द का सागर कहे फिर यह कहे तो अपनी इनसल्ट करना नहीं हुआ क्या ? स्वयं ही स्वयं की इनसल्ट करना क्या यह ब्राह्मणों का स्वमान है ? यह बोल बोलना व यह संकल्प करना इससे अपनी भी इनसल्ट करते हो और बाप की भी इनसल्ट करते हो। दूसरी बात बाप को भी स्मृति दिलाने वाले बनते हो। इससे क्या सिद्ध होता है ? क्या बाप को अपना कर्त्तव्य करना भूल गया है ? क्या इसलिये आप बाप को स्मृति दिलाते हो ? बाबा, `आप तो मददगार हैं ही, इसलिये मदद करना' इस कहने को क्या कहा जाय ? जब कि गायन ही यह है कि ब्राह्मण अर्थात् सर्वप्राप्ति स्वरूप। प्राप्ति स्वरूप के पास अप्राप्ति कहाँ से आयी ? इसलिये कहा कि ब्राह्मणों की स्टेज पॉवर हाउस है।

***तीव्र पुरुषार्थी भव:–*** अब तो फाईनल रिजल्ट आउट होने का समय भी समीप आ रहा है। फाईनल रिजल्ट के समय में भी अगर कोई पहला पाठ ही पढ़ता रहे, उसमें भी मजबूत न हुआ हो तो ऐसे का रिजल्ट क्या होगा ? इसलिये फिर भी बापदादा कुछ समय पहले सुना रहे हैं कि जिसको भी हाईजम्प देना हो व आगे बढ़ना हो तो अभी से छः मास के अन्दर अर्थात् इस वर्ष में अपने आप को जिस भी स्टेज पर व जिस भी स्थिति में स्थित करना चाहते हो, उसके लिए यह चॉन्स है। ऐसे थोड़े समय के अन्दर अपने को सम्पन्न बनाने के लिए साधारण पुरुषार्थ नहीं चलेगा। अभी तो तीव्र पुरुषार्थ अर्थात् संकल्प, बोल और कर्म इन तीनों में समानता का अभ्यास करना उसको कहा जाता है–तीव्र पुरुषार्थी।

## सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

## संस्कार परिवर्तन के लिए ज्वालामुखी योग – 9

**स्वमान :– मैं विश्व के अंधकार को मिटाने वाला चलता फिरता लाईट हाउस हूं.....।**

**अमृतवेला :–**शिव बाबा से कम्बाइण्ड होकर मैं डायमण्ड आत्मा सर्व शक्तियों से भरपूर हो गई हूं.....। भृकुटि सिंहासन पर विराजमान मुझ डायमण्ड आत्मा से निकल रही सर्व शक्तियों की रंगबिरंगी किरणें विश्व में छाए विकारों के अंधकार को समाप्त कर रही हैं...., संसार की सर्व आत्माओं के दुःख, संताप, पीड़ा, बीमारियों को दग्ध हो रहे हैं....., अशान्ति, चिन्ता, उदासी, पुराने स्वभाव, संस्कार के प्रभाव से सर्व आत्माएं मुक्त हो रही हैं.....।

**चलते–फिरते योगाभ्यास :–** मैं चमकीली ड्रेस पहने प्रकाशमय कायाधारी फरिश्ता चलता फिरता लाइट हाउस माइट हाउस हूं.....। मुझसे से निरन्तर पवित्रता के बायब्रेशन निकलकर चारों ओर प्रवाहित हो रहे हैं.....। सर्व आत्माएं तृप्त हो रही हैं..... विकारों की अग्नि से मुक्त हो रही हैं..... प्रकृति के पांचो तत्व भी सत्तोप्रधान होते जा रहे हैं.... मेरे चारों ओर से प्रकाश ही प्रकाश फैल रहा है... मैं लाइट हूँ... माइट हूँ... शुद्ध हूँ, शान्त हूँ....

**शिवभगवानुवाच :–** अभी अपने को फरिश्ता समझकर चलो, मैं फरिश्ता हूँ, सब फरिश्ते हैं, न मेरा पुराने संसार से, न संस्कार से नाता। बस खत्म। यह भी फरिश्ता, वह भी फरिश्ता उसी नजर से देखो। वायुमण्डल फैलाओ.....। सर्वशक्तिवान बाप के साथ सदा कम्बाइन्ड रहो तो अपने में सदैव सर्वशक्तियों के प्रवेश होने का अनुभव करते रहेंगे।

**चिन्तन –** मैं इस संसार में मेहमान हूं...। मेरा अब 84 का चक्कर पूरा हुआ..., अब मुझ आत्मा को अपने स्वीटहोम शान्तिधाम लौटना है..., थोड़े समय के बाद मैं आत्मा इस देह, देह की दुनिया, व्यक्ति, वस्तु, वैभव, सब पदार्थों को छोड़कर अपने घर परमधाम वापस चली जाऊंगी, जहां चारों ओर शान्ति ही शान्ति है...., लाल सुनहरा प्रकाश है.... फिर मैं वहां से अपने देवताई चोले में दैवी दुनिया में आऊंगी .....। श्रीकृष्ण व श्री राधे के साथ-साथ आऊंगी.....। देवताई दुनिया के भरपूर सुखों में रहूंगी....।... स्वदर्शन चक्र फिराते फिराते स्वचिन्तन कर अनुभूति की गिफ्ट प्राप्त करें।