

आलस्य और अलबेलापन - 33

अव्यक्त बापदादा :-

» _ » मन, वाणी, कर्म (कर्म में सम्बन्ध सम्पर्क आ जाता है) और स्वप्न में भी पवित्रता - इसको कहते हैं सम्पूर्ण पवित्रता। कई बच्चे अलबेलेपन में आने के कारण, चाहे बड़ों को, चाहे छोटों को, इस बात में चलाने की कोशिश करते हैं कि मेरा भाव बहुत अच्छा है लेकिन बोल निकल गया, वा मेरी एम (लक्ष्य) ऐसे नहीं थी लेकिन हो गया, या कहते हैं कि हंसी-मजाक में कह दिया अथवा कर लिया। यह भी चलाना है। इसलिए पूजा भी चलाने जैसी होती है। यह अलबेलापन सम्पूर्ण पूज्य स्थिति को नम्बरवार में ले आता है। यह भी अपवित्रता के खाते में जमा होता है।

» _ » सुनाया ना - पूज्य, पवित्र आत्माओं की निशानी यही है - उन्हीं की चारों प्रकार की पवित्रता स्वभाविक, सहज और सदा होगी। उनको सोचना नहीं पड़ेगा लेकिन पवित्रता की धारणा स्वतः ही यथार्थ संकल्प, बोल, कर्म और स्वप्न लाती है। यथार्थ अर्थात् एक तो युक्तियुक्त दूसरा यथार्थ अर्थात् हर संकल्प में अर्थ होगा बिना अर्थ नहीं होगा। ऐसे नहीं कि ऐसे में बोल दिया, निकल गया, कर लिया, हो गया। ऐसी पवित्र आत्मा सदा हर कर्म में अर्थात् दिनचर्या के हरकर्म में यथार्थ युक्तियुक्त रहती है। इसलिए पूजा भी उनके हर कर्म की होती है अर्थात् पूरे दिनचर्या की होती है। उठने से लेकर सोने तक भिन्न-भिन्न कर्म के दर्शन होते हैं। अगर ब्राह्मण जीवन की बनी हुई दिनचर्या प्रमाण कोई भी कर्म यथार्थ वा निरन्तर नहीं करते तो उसके अन्तर के कारण पूजा में भी अन्तर पड़ेगा।

» _ » मानो कोई अमृतवेले उठने की दिनचर्या में विधिपूर्वक नहीं चलते, तो पूजा में भी उनके पुजारी भी उस विधि में नीचेऊपर करते अर्थात् पुजारी भी समय पर उठकर पूजा नहीं करेगा जब आया तब कर लेगा। अथवा अमृतवेले जागृत स्थिति में अनुभव नहीं करते मजबूरी से वा कभी सुस्ती, कभी चुस्ती के रूप में बैठते तो पुजारी भी मजबूरी से या सुस्ती से पूजा करेंगे विधिपूर्वक पूजा नहीं करेंगे। ऐसे हर दिनचर्या के कर्म का प्रभाव पूजनीय बनने में पड़ता है। विधिपूर्वक न चलना, कोई भी दिनचर्या में ऊपर-नीचे होना - यह भी अपवित्रता के अंश में गिनती होता है। क्योंकि आलस्य और अलबेलापन भी विकार है। जो यथार्थ कर्म नहीं है वह विकार है। तो अपवित्रता का अंश हो गया ना। इस कारण पूज्य पद में नम्बरवार हो जाते हैं। तो फाउन्डेशन क्या रहा? पवित्रता।

(17.10.1987)

➤ पवित्रता

» _ » पवित्रता अर्थात् संकल्प, बोल, कर्म और स्वप्न में सम्पूर्ण पवित्रता

» _ » संकल्प, बोल, कर्म यथार्थ हो

→ यथार्थ अर्थात् युक्तियुक्त

■ हर संकल्प / बोल / कर्म / स्वप्न भी युक्तियुक्त

→ यथार्थ अर्थात् अर्थ सहित

■ हर कर्म में अर्थ हो, अनर्थ न हो

■ संकल्प, बोल, कर्म, स्वपन में स्वभाविक, सहज और सदा की

पवित्रता हो

► अभी की जो सम्पूर्ण पवित्रता है इसीके आधार से

द्वापर से पूजनीय बनेगे

► श्रेष्ठ पूजनीय बनने का आधार अब की दिनचर्या है

► सम्पूर्ण विधि पूर्वक मर्यादा अनुसार दिनचर्या अर्थात्

पवित्रता

► अविधि पूर्वक दिनचर्या वो पवित्रता नहीं है

➤➤ दिनचर्या

»_» अगर दिनचर्या में आलस अलबेलापन है,

→ तो द्वापर में पुजारी में भी आलस अलबेलापन आयेगा

»_» अगर विधि पूर्वक अमृतवेला उठते नहीं हो

→ तो द्वापर में पुजारी भी विधिपूर्वक पूजा नहीं करेंगे

»_» अगर उठने में मजबूरी है

→ तो द्वापर में पुजारी भी पूजा मजबूरी से करेंगे

»_» अगर उठने में सुस्ती है

→ तो द्वापर में पुजारी भी सुस्त रहेंगे

»_» अगर यहा टाइम पर नहीं उठते

→ तो द्वापर में पुजारी भी अपने टाइम पर कभी आयेगा और कभी नहीं आयेगा

»_» अगर यहा चुस्त और जागृत है

→ तो द्वापर में पुजारी भी चुस्त और जागृत हो पूजा करेंगे

»_» अगर यहा दिनचर्या में उपर निचे

→ तो द्वापर में पुजारी भी आपकी पूजा में उपर निचे करेंगे

■ हम सभी का पूजनीय बनने का आधार अभी के संकल्प बोल,

कर्म, स्वपन है

► तो एक एक संकल्प श्रेष्ठ, महान हो

► अगर संकल्प में भी आलस अलबेलापन है तो वह भी

विकार है

► जो भी कर्म यथार्थ, अयुक्तियुक्त, अविधि पूर्वक,

अमर्यादित, नियम अनुसार नहीं है

► तो वह भी विकार, अपवित्रता का अंश है

»_» दिनचर्या को विधिपूर्वक बनाने के लिये ऐसा कोई भी संकल्प / बोल

दिनचर्या में नहीं होना चाहिए जो की अयथार्थ हो

→ ऐसे नहीं की मैं बोलना नहीं चाहता था पर बोल दिया

→ मेरे मुख से निकल गया

- बोल का आधार भाव और भावना है

- भावना का शुद्धिकरण करना बहुत आवश्यक है

- भावना को शुद्ध, श्रेष्ठ, पवित्र बनाना है

- ▶ संकल्प, बोल, भावना शुद्ध होंगे तो वृत्ति स्वतः शुद्ध

हो जायेगी

- ▶ द्रष्टि कल्पना को भी शुद्ध करना है

➤ ➤ दिनचर्या को विधिपूर्वक कैसे बनाय ?

➤ ➤ आज दिन भर में जो भी करना है सबसे पहले उसकी

PLANNING चाहिये

→ की आज की **ROUTING** में मुझे यह यह करना है

→ सेवा की PLANNING करनी है

- उसमे भी पहले यह प्लान बना लो की इस सेवा में कितना टाइम चाहिये

- कितने टाइम में यह सेवा मुझे कम्पलीट करनी है

→ सफाई की भी PLANNING करनी चाहिये

→ पानी पिने की भी PLANNING करनी चाहिये

→ भोजन की भी PLANNING करनी चाहिये

- क्या खाना है और क्या नहीं खाना है

- कितनी बार खाना है

- कितना खाना है

- भोजन भी नियमित और संयमित खाना है

- ▶ खाते समय यह अनुभव हो की मैं मेरी देह का मालिक हु

- ▶ स्वाद के अधीन हो भोजन नहीं खाना है

- ▶ जो स्वाद के अधीन होते हैं, वह कभी देह के मालिक नहीं बन सकते हैं

- ▶ उसकी मास्टर रचियता की स्थिति नहीं बन सकती है

- ▶ उसे रचना के भिन्न भिन्न रूप रंग आकर्षित करेंगे

- ▶ वह जागती ज्योत नहीं बन सकते

➤ ➤ आज दिन भर में जो भी करना है उसको ORGANISE करना है

➤ ➤ आज दिन भर में जो भी करना है उसको PRIORITIZE करना है

→ उसको पहले प्राथमिकता / अहमियत देनी है

- हर छोटी छोटी चीजों के लिये टाइम निकलना है
- हर बड़ी बड़ी चीजों को **ORGANISE** करना है
- उसका **PLANNING** बनाना है

► और उसके बाद फिर चेकिंग करना है की आज मैंने

जो PLAN बनाया था उस हिसाब से हुआ ?

➤➤ ब्राह्मणों के जीवन की PRIORITIES

➤➤ अमृतवेला

➤➤ मुरली

- मुरली सुनना
- मुरली सुनाना
- मुरली समझना
- मुरली समाना
- मुरली याद रखना
- मुरली स्मृति में लाना
- मुरली की चर्चा करना
- मुरली की गहराई में जाना
- मुरली को अनुभव में लाना
- मुरली के पॉइंट्स निकालना
- मुरली से H.W निकालना

■ यह सारी बातें हर दिन की मुरली में होनी चाहिये

► अगर यह नहीं हो रहा है तो दिनचर्या अविधिपूर्वक

कही जायेगी अर्थात् अपवित्रता

► आलस अलबेलापन है कही भी छोटे मोटे रूप से भी

तो वह भी अपवित्रता है

➤➤ हमारा लक्ष्य सम्पूर्ण पवित्र बनने का है मतलब,

→ **ABSOLUTELY ORGANISED DAILY ROUTING**

→ अगर हमारी दिनचर्या ABSOLUTELY ORGANISED नहीं है तो पुजारी भी,

- हमारी विधिपूर्वक आरती, धूप, पूजा नहीं करेंगे
- ऐसे ही 2 4 मन्त्र बोल देंगे
- ऐसे ही 2 4 बार आरती गुमा लेंगे और चले जायेंगे
- भोग भी नहीं लगायेंगे

► अगर लगायेंगे तो उसके पहले खुद ही थोड़ा टेस्ट कर

लेंगे

► स्वयं को ही पहले भोग लगा लेंगे

➡_ ➡ हमारे बोल अगर यथार्थ है, युक्तियुक्त है तो

→ पुजारी के जो मन्त्र होंगे वो बड़े स्पष्ट होंगे

→ बड़े विधिपूर्वक होंगे

➡_ ➡ यहां की दिनचर्या पर

→ वहा हमारी पूजा आरती होगी

➡_ ➡ अगर दिनचर्या विधिपूर्वक होगी

→ तो वह आरती भी विधिपूर्वक होगी

→ आरती भी बहुत अरछी करेंगे

→ और पुजारी पूरी आरती गायेंगे

- तो यह सब दिनचर्या में करना है

- ORGANISE करना है

- PLANNING बनाना है

- PRIORITIES देनी है

- लिखना है

- और फिर उसे **CHEK** करना है

- ▶ की कहा कहा गलती हो रही है

- ▶ कहा कमी रह गई है

- ▶ उसका फिर से **PLANNING** करना है

- ▶ ताकि दुसरे दिन जो आज रह गया

- ▶ वो **TOP MOST PRIORITY** रहे

➡_ ➡ सेवा

→ सेवा की भी PLANNING करना है

→ TOP MOST PRIORITY वाली सेवा करनी है

→ सेवा का SUBJECT सबसे महत्वपूर्ण है

- सेवा में हमारा किस तरह का भाव रहता है वो चेक करना है

- ▶ जिनके भी साथ हम सम्बंध सम्पर्क में आते है

- ▶ तो उनके साथ टकराव / इर्ष्या / झगड़ा / के जो भाव

उत्पन हो रहे है,

- ▶ तो वो भी सम्पूर्ण पवित्रता नही कही जायेगी

- सेवा में सदा सन्तुष्टता का भाव प्रगट करना है

- ▶ हम भी संतुष्ट रहे

- ▶ और दुसरे भी हमसे संतुष्ट रहे

- ▶ यह अटेंशन रखना है

- सेवा के बिच बिच में

- ▶ आत्मिक स्वरुप

- ▶ ड्रिल्स
- ▶ रूहानी द्रष्टि
- ▶ का अभ्यास करते रहना चाहिये

■ दूर से ही सभी को हमारा स्वरूप नहीं बल्कि,

- ▶ चमकता हुआ सितारा ही दिखाई दे

■ सेवा में हर कर्म निष्काम भाव से करना चाहिये

■ सेवा में हर कर्म समर्पण भाव से करना है

■ सेवा में सुखदाई हो ऐसे कर्म करना है

■ सेवा करने के बाद स्वयं को भी और दूसरो को भी अरछा लगे

ऐसी सेवा करनी है

■ सेवा के परिणाम से भी उपराम रहना है

■ अनासक्त हो सेवा करनी है

■ सेवा में सिखने का भाव ज्यादा रहना चाहिये

»→ _ »→ संकल्प

→ संकल्प श्रेष्ठ हो

→ संकल्प महान हो

→ संकल्प ज्ञानमयी हो

→ संकल्प योग के हो

→ संकल्प कल्याणमयी हो

→ संकल्प शुभ हो

→ संकल्प शिवमयी हो

→ संकल्प विश्व कल्याण के प्रति हो

»→ _ »→ स्वपन

→ किस संकल्प के साथ हम सो रहे हैं

→ कैसी स्थिति में हम सो रहे हैं

→ वह CHEK करना है

■ श्रेष्ठ संकल्पों के साथ सोना है

■ समर्पण भाव के साथ सोना है

■ कृतज्ञता का भाव होना चाहिये

■ बाबा ने हमें क्या क्या दिया है वह याद करते, उस अहोभाव

से सोना है

■ धन्यवाद का, शुक्रिया का भाव बाबा क प्रति लाके सोना है

■ उसका हर चीज के लिये शुकुराना अदा करना है

■ हमने हमारे ब्राह्मण जीवन में न जाने कितनी गलतिया की है

- ▶ फिर भी बाबा ने हमें इतने श्रेष्ठ स्थान पर रखा

- ▶ हमें तपस्या करने का मौका दिया
- ▶ कितने उसने हम पर उपकार किये हैं
- ▶ उस हर चीज के लिये उसका धन्यवाद करना है
- ▶ **AATITUDE GRATITUDE** से भरा हुआ हो

» _ » GRATITUDE

→ दिनचर्या के बीच बीच में हर चीज के लिये बाबा का शुक्रिया करना है

- सबसे पहले उसने हमें उठाया उसके लिये
- भोजन करते हुये इन सबका धन्यवाद करना है

- ▶ किसान का
- ▶ धरती माँ का
- ▶ जिन्होंने अनाज लाया
- ▶ जिन्होंने पकाया
- ▶ जिन्होंने परोसा

- अहोभाव से स्वयं को भरना है

■ सारे दिन की दिनचर्या में, इन सभी बातों के लिये बाबा का शुक्रिया अदा करना है

- ▶ जो भी कर्म हुये
- ▶ जो भी उसने सेवा का अवसर दिया
- ▶ जो भी उसने आज ज्ञान रत्न दिये
- ▶ और जो भी ज्ञान को उसने बुद्धि में बिठाया

→ ऐसे शुक्रिया अदा करके सोयेंगे

→ और दूसरे दिन उठते ही पहले बाबा को गुड मॉर्निंग कहेंगे

- तो सारे दिन की हमारी घड़ी पटरी पर आ जायेगी
- फिर और किसी का प्रेम हमें आकर्षित नहीं करेगा

→ रात को सोने का समय और उठने का समय यह दोनों बहुत ज्यादा महत्वपूर्ण समय है

→ इस समय में हम जो भरना चाहें

- अपने SUB CONSCIOUS MIND में भर सकते हैं

→ रात को सोते का समय हमें बाबा को धन्यवाद करके

→ और अपने को कोई योग की कमेंट्री देते हुये बाबा की गोदी में सो जाना है

