ज्वालामुखी योग - 22

अव्यक्त बापदादा :-

➳ _ ➳ अभी साधारण याद की स्थिति सेफ्टी का साधन नहीं बन सकती। सभी टीचर्स हैं ही 'ज्वाला स्वरूप'। इस ज्वाला-स्वरूप के द्वारा अनेक आत्माओं की निर्बलता को दूर करने वाली।

➳ _ ➳ **टीचर्स अर्थात् शिव शक्ति-कम्बाइन्ड रहने वाली। शिव के बिना शक्ति नहीं, शक्ति के बिना शिव नहीं। हर सेकण्ड, हर श्वास 'बाप और आप' कम्बाइन्ड। तो ऐसे शिव-शक्ति स्वरूप निमित्त आत्मायें हो ना! कोई भी समय साधारण याद न हो। क्योंकि स्टेज पर हैं ना!**

➳ _ ➳ तो स्टेज पर हर समय कैसे बैठते हैं? कैसे कार्य करते हैं? अलर्ट होकर करेंगे ना! साधारण एक्टिविटी नहीं करेंगे। **सदा अलर्ट होकर हर काम करेंगे। सेवाकेन्द्र स्टेज है, घर नहीं है, स्टेज है। स्टेज पर सदा अटेन्शन रहता है और घर में अलबेले हो जाते हैं।**

➳ _ ➳ **तो यह सेवाकेन्द्र सेवा की स्टेज है। इसलिए सदा ज्वाला-स्वरूप, शक्ति-स्वरूप।** स्नेही भी हैं लेकिन स्नेह अकेला नहीं। स्नेह के साथ शक्ति रूप भी हो। अगर अकेला स्नेही रूप है, शक्ति रूप नहीं है तो कभी भी धोखा मिल सकता है। **इसलिए स्नेही और शक्ति रूप दोनों कम्बाइन्ड। दोनों का बैलेन्स। इसको कहा जाता है-नम्बरवन योग्य टीचर। (21.11.1984)**

➢ **<u>एक्टर</u>**

➳_ ➳ **हम सदैव स्टेज पर है, ऐसा ही समझना है**

→ स्टेज पर क्या किया जाता है ?

- स्टेज पर अभिनय किया जाता है
- स्टेज पर एक एक्टर एक्टिंग करता है
  - **मधुबन स्टेज है**
  - **हर सेवाकेंद्र स्टेज है**

→ संसार के स्टेज पर जो कलाकार होता है,

→ वो कैसा होना चाहिये ?

→ और कैसा नहीं होना चाहिये ?

- **अलर्ट** होना चाहिये
  - अलबेला नहीं होना चाहिये
- **एक्यूरेट** होना चाहिये
- अपने काम के प्रति **इमानदार** होना चाहिये
- उसकी **MEMORY बहुत अरछी** होनी चाहिये

- उसे जो लाइन्स बोलने की हो,
- वो MEMORIZED की हुई होनी चाहिये
- उसे उसकी बहुत ज्यादा प्रैक्टिस की हुई होनी चाहिये
- जो डायलोग उसे बोलने के हो, वो उसकी नेचर बन जानि चाहिये, इतने वो डायलोग से वो FAMILIAR हो जाने चाहिये
- की उसको फिर दुबारा देखने की भी जरूरत न हो
- इतना BY HEART हो जाना चाहिये

■ एक एक्टर को **दुसरे एक्टर के CHARACTERS** का पता हो

■ दुसरे एक्टर की भी **SCRIPT** का पता होना चाहिये

■ **पुरे ड्रामा की नोलेज** होनी चाहिये

■ की कब मुझे बोलना है

■ और कब दुसरे एक्टर को बोलना है

- वो दोनों ही उसे पता होना चाहिये
- कहा चुप रहना है
- और कहा बोलना है
- बोलने से ज्यादा चुप कहा रहना है,
- वो ज्यादा महत्व पूर्ण है

■ एक्टर को **दुसरे एक्टर से सीखना** चाहिये

■ एक्टर को **समय का भान** होना चाहिये

■ एक्टर में **स्टेज FEAR नहीं होना** चाहिये

- एक्टर के हाथ पैर एकदम RELAX होना चाहिये
- MIND एकदम RELAX चाहिये
- सीधा खड़ा होना चाहिये
- बार बार बालो को ठीक करते नहीं रहना चाहिये
- हाथ पैर हिलाते नहीं रहना चाहिये
- माइक के वायर के साथ खेलना नहीं चाहिये
- कपड़ो के साथ भी खेलना नहीं चाहिये
- शर्ट का बटन खोला और लगाया
- यह सब SYMPTOMS बेचैनी की है

■ उसकी **एक्टिंग NATURAL** लगनी चाहिये

- UNDER ACTING भी नही लगनी चाहिये
- और OVER ACTING भी नही लगनी चाहिये

■ **अभिनय के 4 प्रकार है**

- **आंगीक** (जिसमे अपने भाव से, अपनी चेशटाओ से, अपने एक्शन से वो भाव को प्रकट करता है)

- **वाचिक**
- **सात्विक** (बोलता कुछ नही है इसमें व्यक्ति, पर पसीना होता है, अपने EXPRESSION से अभिनय करता है)
- **BACK STAGE** (एक्टिंग के अनुसार खुद को DECORATE तैयार करते है)

- स्टेज पर कोई मिस्टेक हो जाय
  - कोई डायलोग इधर उधर हो जाय
  - तो एक्टर को उसे संभालना आना चाहिये
- **VOICE की TRAINING** होनी चाहिये
- एक्टर के **उच्चारण स्पष्ट** होने चाहिये
- **भाषा में कोई गलती नहीं** होनी चाहिये
- एक्टर एक्टिंग के **CHARACTER में पूरा डूब जाना** चाहिये
- एक्टर के अपने **DIRECTOR के साथ अरछे संबंध** चाहिये
- ऐसे ACT करे जैसे AUDIENCE वहा है ही नहीं
  - मुझे जैसे कोई देख ही नहीं रहा है
  - मैं अकेला ही हु
  - ऐसे ही अपने पार्ट को प्ले करना है
  - ऑडियंस को BLOCK OUT AUDIENCE कर देना है
  - **FOCUS ON ACTING**
  - **FOCUS ON OTHER ACTORS**
- **AUDIENCE से UNAFFECTED** रहना चाहिये
- एक्टर को अपनी एक्टिंग में इतना डूब जाना चाहिये की
  - देखने वाले को ऐसा न लगे की यह एक्टिंग क्र रहा है
  - उनको लगे यह नेचुरल हो रहा है
  - यह सब तो संसार के एक्टर का देखा

➳_ ➳ अब देखेंगे हम सब संसार के हीरो हिरोइन एक्टर है

→ यहां के एक्टर को कैसा होना चाहिये ?

- एक्टर को सदैव समझना चाहिये की **मैं स्टेज पर हु**
  - यह भान सदा उसे इमर्ज होना चाहिये
  - इस स्टेज पर **नर्वस, उदास, बेचैन नहीं रहना चाहिये**
  - **RELAX रहना चाहिये**
  - **अपनी लाइन, अपने डायलोग परफेक्ट होने चाहिये**
- **भाषा में दोष नहीं** होना चाहिये
- ज्यादा ज्ञान वहा चाहिये की,
  - **कब-कहा क्या बोलना चाहिये**
  - **और कहा चुप रहना चाहिये**

- एक्टर को **एक्टिंग का पता** होना चाहिये
- एक्टर को **स्टोरी का पता** होना चाहिये
- एक्टर को उसकी **SCRIPT का पता** होना चाहिये
- एक्टर को यह भी पता होना चाहिये
    - की यह एक्टिंग हो रही है, एक्टिंग पूरी होगी फिर
    - मुझे बाद में वापस घर जाना है
    - यह मैं नहीं हु
    - यह एक ड्रामा चल रहा है
    - स्वयं के पार्ट को भी
    - और दुसरो के पार्ट को भी साक्षी हो देखना चाहिये
- एक्टर को **एक्टिंग में पूरा डूब जाना** चाहिये
- जैसे स्वमान लिया की ज्वालामुखी योगी हु, त्यागी हु
    - तो यदि त्यागी का पार्ट प्ले
    - तो इसमें पूरा डूब जाना है
- अगर महात्यागी आत्मा का पार्ट प्ले करे
    - तो इसमें पूरा डूब जाना है
- हर एक्टर की **ACTION ACCURATE** होनी चाहिये
- एक्टर को **अपने हर डायलोग याद** होने चाहिये
    - डायलोग PRACTICE की हुई होनी चाहिये
    - ऐसे नहीं की ऐसे ही बोल दिया
    - हर डायलोग पावरफुल होने चाहिये
- **एक्टर RELAX** होना चाहिये
    - उसे कोई FEAR नहीं होना चाहिये
    - कोई बेचैनी नहीं होनी चाहिये
    - उसकी PRESENTATION एकदम PERFECT हो
    - PERFORMANCE एकदम ACCURATE होनी चाहिये
    - एक्टर AUDIENCE से ज्यादा AFFECTED न हो
    - एक्टर अपनी एक्टिंग को ENJOY करे
    - अपनी एक्टिंग को वह एक FUN समझे
    - ऐसे नहीं की एक्टिंग करने गये और इतने SERIOUS हो गये की पूरा TENSION में आ गये
- **ACTING SHOULD BE FUN**
- एक्टर को अपने **ROLE को ACCEPT** करना चाहिये
    - की मुझे यह ROLE दिया गया है
    - और मुजे वही प्ले करना है

- और एकदम PERFECTLY प्ले करना है

- **समय का ज्ञान चाहिये**
  - मैं कहा हु
  - कीस समय में हु
  - क्या समय चल रहा है
  - यह सारी बाते एक्टर को पता होना चाहिये

➳_ ➳ **हम हीरो एक्टर है, हमे सारा विश्व देख रहा है**

→ AUDIENCE एक्टर की किस किस चीजो को देखती है ?

- **“एक एक चीज को देखती है...”**
  - उसकी आँखों को देखती है की आंखे कहा देख रही है
  - चहेरे के हर भाव की भावभंगिमा को देखती है
  - हाथ कैसे हिला रहा है
  - भाषण कैसे दे रहा है
  - HAIR STYLE कैसी है
  - बाल कैसे CUTTING किया हुआ है
  - ड्रेस कैसा पहना है
  - मेकप कैसा किया हुआ है
  - बोलने का ढंग कैसा है
  - सारी रिकॉर्डिंग हो रही है, तो सब कुछ देखा जाता है

➳_ ➳ **हमारा भी अभी सारा रिकॉर्डिंग हो रहा है**

→ इसलिए **हर चीज ACCURATE** चाहिये

- संकल्प क्या उठ रहा है
- भाव कैसे उठ रहे है
- इरछाये कैसी है
  - सांसारिक इरछा है
  - की अध्यात्मिक इरछा है
  - इसमें लोकिकता है
  - की अलोकिकता है

→ **हमे लगता है की हम तो चार दीवारों के बिच बैठे हुए है**

- **हमे कोई नहीं देखता है,**
  - **पर नहीं ऐसा नहीं होता है**
  - **हमे सारा विश्व देख रहा होता है**
  - **हमारे एक एक संकल्प को देख रहा है**
  - **एक एक बोल को देख रहा है**
  - **एक एक कर्म को देख रहे है**

- हमारी द्रष्टि देखी जा रही है
- हमारी वृ ति को देखा जा रहा है
- हमारे वाइब्रेशन को AUDIENCE SEEN कर रही है
- औरा को FEEL कर रही है
- वायुमंडल को आत्माये देख रही है

→ अपने को स्टेज पर समजेंगे तो सदा अलर्ट रहेंगे

- आपका पार्ट ACCURATE PLAY होगा
  - अपने पार्ट में स्वयं को पूर्ण रीती समर्पित करना है
  - पूर्ण लगन के साथ पार्ट प्ले करना है
  - यह सब एक्टर की निशानी है