
मन्सा सेवा - 60

अव्यक्त बापदादा :-

»» _ »» संकल्प श्रेष्ठ तो सब श्रेष्ठ हुआ ही पड़ा है। मेहनत करने की जरूरत ही नहीं है। नहीं तो मुश्किल लगता है ना - इतना अभी करना है। 10 साल हो गये, 20 साल हो गये, 40 साल, 50 साल हो गये, तो भी यह कमजोरी नहीं गई. अगर फाउण्डेशन को चेक किया तो 4 सेकण्ड भी नहीं लगने चाहिये।

»» _ »» फिर देखो आपकी मंसा सेवा कितनी फास्ट होती है! अभी मन्सा शक्ति वेस्ट जाती है, काम में नहीं लगती और जब बचत होगी तो काम में लगेगी ना। फिर मेहनत करने की भी जरूरत नहीं है।

»» _ »» चलते-फिरते लाइट हाउस, माइट हाउस अनुभव होंगे। लाइट हाउस एक-एक के पास जाकर नहीं कहता, दूर से ही इशारा करता है - रास्ता ये है।

»» _ »» तो आप सभी चमकते हुए डायमण्ड लाइट हाउस, माइट हाउस हो जायेंगे तो विश्व में अंधकार रहेगा क्या? ये पसन्द है या सिर्फ डायमण्ड जुबली के प्रोग्राम करेंगे और डायमण्ड जुबली पूरी हो गई। **(25/03/1995)**

➤ संकल्प

- »» _ »» संकल्प हमारे हाथ में है
- की कब हमें क्या संकल्प करना है
- हम परिस्थिति को नहीं बदल सकते हैं
 - ▶ पर हम संकल्प को जरूर बदल सकते हैं
 - ▶ संकल्प बदलते ही परिस्थिति स्वतः ही बदल जायेगी
 - चाहे कितनी भी असम्भव दिखने वाली
 - चाहे कितनी भी नकारात्मक उर्जा वाली परिस्थिति हो
 - ▶ पर संकल्प हमारे वश में है
 - ▶ संकल्प हमारी रचना है
-

➤➤ लाइट हाउस

- »» _ »» हम जहां पर भी उपस्थित हो
- हमसे लाइट स्वतः फैलनी चाहिये
- »» _ »» लाइट हाउस को एक एक के पास जाकर नहीं कहना पड़ता है
- दूर से ही इशारा करता है की रास्ता यह है
- »» _ »» मैं चैतन्य दीपक हु
- मेरी रौशनी फैल रही है
- और सारे विश्व के ऊपर छत्रछाया बना रही है

- और विश्व का अन्धकार दूर हो रहा है
 - और विश्व में आत्माये सुरक्षा का अनुभव कर रही है
 - ▶ मैं लाइट हाउस हु
 - ▶ मैं आत्मा सदा जागती ज्योति हु
 - ▶ यह अभ्यास करना है
-

➤➤ ऐसे कौनसे 10 THOUGHT है, जहा उर्जा व्यर्थ जाती है ?

➤➤ ➤➤ ALL & NUN THINKING

→ अर्थात यह सोच लेना की, यह वक्त और परिस्थिति ही गलत है

- इस तरह की THINKING में,
 - ▶ बहुत ज्यादा नेगेटिव उर्जा होती है
 - ▶ बहुत सरे संकल्प वेस्ट चले जाते हैं

➤➤ ➤➤ OVER GENERALIZATION

→ अर्थात उसमे यह कहना की, यह व्यक्ति हमेशा ही ऐसा करता है

- इसमें ALWAYS और NEVER शब्दों का उपयोग होता है
- बार बार इसमें ऐसे बोलते हैं जैसे की,
 - ▶ इससे यह कम हो ही नहीं सकेगा
 - ▶ इसको यह काम दो ही नहीं
 - ▶ इसके तो बस की बात ही नहीं है

➤➤ ➤➤ MENTAL FILTERING

→ अर्थात कोई भी परिस्थिति हो

- उसमे अरछा अरछा छोड़ देते हैं
- जो भी नेगेटिव हो
 - ▶ उसे फ़िल्टर करके दिखाते हैं
- चाहे बहुत ही पॉजिटिव परिस्थिति क्यों न हो
 - ▶ फिर भी उसमे कुछ न कुछ नेगेटिव निकल ही लेंगे
 - ▶ नेगेटिव देखना जैसे की एक संस्कार बना दिया है

➤➤ ➤➤ JUMPING TO CONCLUSIONS

→ अर्थात परिस्थिती आई कोई भी

- तो सीधा CONCLUSIONS पर पहुच जाते हैं
 - ▶ की ऐसा ही होगा

→ कोई भी परिस्थिति आती है

- तो तुरंत निष्कर्ष नहीं निकालना चाहिये

➤➤ ➤➤ CATASTROPHE

→ अर्थात कोई भी परिस्थिति आई

- उसका राई का पहाड़ बना देना

- ▶ है बात छोटी पर बड़ा चढ़ा के दुसरो के सामने रखना
- ▶ तुम्हारी डबल निंदा होगी, अगर तुम किसी की निंदा

करोगे तो यह बाबा क्र अव्यक्त महावाक्य है

»» _ »» EMOTIONAL VISIONING

→ अर्थात मैं जो सोच रहा हू

- वही राईट है

»» _ »» SHOULD & SHOULD NOT

→ अर्थात ऐसा होना ही चाहिए & ऐसा नहीं ही होना चाहिए

- यह कटरवादिता होती है

- ▶ की मैं इतने बजे उठता हू, तो सबको उठाना चाहिए

»» _ »» LABELING

→ अर्थात दुसरो पर STAMP लगा देना

- अगर उनमें कोई एक कमी देखि

- की यह लेट आता है

- ▶ तो PERMANENT STAMP लगा देते है

- ▶ की यह तो हमेशा लेट ही आते है

- ▶ कोई प्रमाण नहीं है फिर भी लेबल लगा देते है

»» _ »» PERSONALIZATION

→ अर्थात हर परिस्थिति के लिये

- अपने को दोषी ठहराना

- ▶ दुसरो के जीवन में भी अगर कुछ हुआ

- ▶ तो उसका BLAME भी खुद को देंगे

- ▶ की मेरी वजह से हुआ है

»» _ »» MAGNIFICATION / MINIMIZATION

→ अर्थात अपने को कम समझना

- और दुसरो को ही महान समझना

- ▶ अपनी POSITIVITY को बहुत छोटा समझना

- ▶ दुसरो की POSITIVITY को बहुत ज्यादा समझना

- ▶ की तुम बहुत महान हो

»» _ »» इन सब में हमारी उर्जा व्यर्थ जाती है

→ उसमे संकल्पों की बचत करनी है
