

मनसा सेवा - 101

अव्यक्त बापदादा :- (15. 12. 2008)

» _ » अभी बहुत आप लोगों का काम बढ़ना है। यह नहीं सेवा कर ली, भाषण कर ली, वर्ग को चला लिया। नहीं बहुत सेवा रही हुई है। अभी तो मन्सा द्वारा सकाश देने का काम करना है। जैसे शुरू-शुरू में शिव बाप ब्रह्मा में प्रवेश हुआ तो घर बैठे कैसे सकाश दी। किसको साक्षात्कार हुआ, किसको आवाज आया फलाने स्थान पर जाओ, किसे प्रेरणा आई सुन करके मुझे जाना ही है, भाग कर आई ना और जो शुरू में आये वह कितने पक्के हैं। याद करते हो ना, दादी को, दूसरी भी दादियों को याद करते हो ना। तो जो शुरू में हुआ वह अभी अन्त में भी रिपीट होना है। इसलिए अपनी मन्सा शक्ति को मन्सा सेवा को बढ़ाओ। उस समय मन्सा सकाश देने की सेवा करनी पड़ेगी। इसीलिए अभी अभ्यास करो।

» _ » अमृतवेले सिर्फ नहीं, भले कर्म कर रहे हो लेकिन बीच-बीच में माइण्ड को कन्ट्रोल करके सब तरफ से, एकाग्र हो करके सकाश दे सकता हूँ या नहीं दे सकता हूँ, इसकी ट्रायल करो। बहुत आवश्यकता होगी, आखिर दुख हर्ता सुख कर्ता आपके चित्र भी बनते हैं। तो क्या चैतन्य में नहीं बनेंगे? अन्तर्मुखी होके बीच-बीच में 5 मिनट निकाली। अमृतवेला सिर्फ नहीं है, दिन रात यह अभ्यास चाहिए। रात को आंख खुलती है ट्रायल करो, फिर जाके भले सो जाओ। लेकिन थोड़ा टाइम ट्रायल करो और काम के लिए भी तो उठते हो ना। तो यह अभ्यास भी करो। तभी आपकी पूजा होगी। नहीं तो आपकी पूजा नाममात्र होगी। बड़े-बड़े मन्दिर नहीं बनेंगे, चालू मन्दिर बनेंगे। सुना।

»» Divine Vision, Divine Call, Divine Inspiration

» _ » Divine Vision- हर एक को साक्षात्कार नहीं हो सकता..
साक्षात्कार हो भी जाए तो क्या ?

→ परमधाम दिख गया, आत्मा दिख गई, परमात्मा दिख गया, सतयुग दिख गया, विनाश दिख गया.. तो क्या

- पुरुषार्थ जो डिपार्टमेंट है, जो कमरा है वही रहेगा..
- लोग बदलने वाले नहीं है
- जो सेवा है वही करनी है

» _ » Divine Call- वो call आने के बाद व्यक्ति रुक नहीं सकता है संसार में..

→ शुरू-शुरू में शिव बाप ब्रह्मा में प्रवेश हुआ तो घर बैठे कैसे सकाश दी, किसको साक्षात्कार हुआ, किसको आवाज आया आ जाओ, आ जाओ

■ ऐसा हमें दूसरों को आवाज देना है, उनको भी स्वप्न में call आ जाये, आ जाओ, आ जाओ

» _ » Divine Inspiration- फलाने स्थान पर जाओ, किसे प्रेरणा आई सुन करके मुझे जाना ही है, भाग कर आई ना और जो शुरू में आये वह कितने पक्के हैं..

→ इस यज्ञ में आने का आधार क्या है? सब अलग-अलग रीति से ज्ञान में आये..

- कई विदेशी सम्बन्ध अच्छे बनाने आये..
- किसी को मैडिटेशन सीखना था
- किसी के अन्दर जिज्ञासा थी
- किसी के अंदर प्यास थी, तड़प थी
- कोई माँ-बाप हैं करके आ गए
- किसी को टोली ने खींचा
- किसी को वस्त्रों ने खींचा
- किसी को दीदी के प्यार ने खींचा
- किसी को श्रेष्ठ जीवन दिखा इनका
- किसी के जीवन में दुःख था, मृत्यु हो गई थी

▶ डिवाइन विज़न, डिवाइन काल, डिवाइन इंस्पिरेशन से

खींचकर आ गए- ये तीन जब आधार होंगे, जो शुरू में थे वो पक्के थे

» _ » जो शुरू में हुआ वो अंत में भी रिपीट होगा

→ हंगामा होगा

→ विरोध होगा

→ कई ज्ञान छोड़ देंगे

→ बंधन बढ़ेंगे, दंगे होंगे

→ लॉक में बंद कर देंगे

- ब्रज शांता दादी को सात लॉक में बंद कर दिया था

→ विचित्र बातें होंगी

- विचित्र बातें विचित्र बाप को प्रत्यक्ष करेगी

→ अखबारों में नाम आ जायेगा

» _ » इसलिए अपनी मन्सा शक्ति को मन्सा सेवा को बढ़ाओ

→ इसमें संतुष्ट नहीं हो जाना है की भाषण कर लिया, वर्ग बना लिए, सेवा हुई है, विंग्स बन गई, बड़े-बड़े प्रोग्राम कर लिए- अभी बहुत काम बाकी है, शांति से बैठ नहीं जाना है..

- उस समय भाषण आपका कोई नहीं सुनेगा..

- कोर्स कोई नहीं करेगा

- हालतें भी गंभीर-नाजुक होगी

▶ कफर्यू लगेगा

▶ कमरे से निकल नहीं पाएंगे

→ इसलिए अभी मनसा सकाश का अभ्यास करना है

- सिर्फ अमृतवेला नहीं दिन-रात ये अभ्यास करनी है

- रात को आँख खुलती है तो ट्राइल करो

▶ तभी आपकी पूजा होगी, बड़े-बड़े मंदिर नहीं बनेंगे,

चालू मंदिर बनेंगे

»» _ »» Control of Mind,

→ जब-जब मन भटके उसे कण्ट्रोल करने का अभ्यास

- गीता में यही कहा है- जितना मन बाहर भागे फिर उसे

वापस लाओ..

- ▶ चित्त की वृत्तियां बाहर हैं, हर चीज की तरफ जाता है
- ▶ जो चीज हम देखते हैं उसका सोच चालू हो जाता है
- ▶ जहाँ भी आँखें जाती हैं, मन बाह्यमुखी हो जाता है
- ▶ योगी को प्रैक्टिस करनी है

»» _ »» Concentration of Mind,

→ फिर से उसे आत्मिक स्थिति में केन्द्रित करना

- मैं कौन हूँ? एक ही प्रश्न
- जहाँ-जहाँ मन जा रहा है उन सब चीजों से कुछ प्राप्ति

होने वाली है क्या?

- इस संसार की असारता का बार-बार चिन्तन करना
- इस संसार को और इस देह को मिट्टी समझना ये वैराग्य

है

- ▶ क्या इस देह से आकर्षण, क्या इस संसार से

आकर्षण, दोनों ही असार है

- संसार के सुखों से क्या प्राप्ति है
 - ▶ ये सिर्फ Pleasure हैं
 - ▶ Pleasure की tendency आत्मा को नीचे लाती है
- Bilss चाहिए या Pleasure चाहिए इसकी choice

करनी है

- ▶ परमानन्द, अतीन्द्रिय सुख चाहिए या दैहिक सुख,

इन्द्रिय सुख, विषय सुख चाहिए

- ▶ विषय सुखों में मन जाने के बाद अतीन्द्रिय सुख

नहीं रहता

- ▶ अतीन्द्रिय सुख और इन्द्रिय सुख दोनों एक साथ

नहीं रह सकते, या तो ये रहता या तो वो रहता

»» _ »» अंतर्मुखी

→ प्रतिकरण- जैन धर्म में अंतर्मुखता के लिए प्रयोग किया गया

है

- अलग-अलग प्रकार के प्रतिकरण है-
- पहला- एक बार जो सुबह करना है-

- ▶ इसमें अंतर्मुखी होकर अपने आप को देखना, जो

गलतियाँ हैं, Introspection

- दूसरा- शाम को-

▶ दिनचर्या में कोई गलती तो नहीं हुई इसकी चेकिंग

करना

→ Christians में Deep Introspection, चर्च में जाकर अपनी गलतियों का confession करते हैं पादरी के सामने

→ इस्लाम में भी है- जो अपने आप को जानेगा वही इस संसार को जान सकेगा

→ सभी धर्मों ने ये माना है की Self checking किए बिना

उन्नति नहीं हो सकती

→ मधुबन सबसे Ideal place है, जहाँ पर ये कार्य किया जा

सकता है..

- ऐसी शांति कहाँ मिलेगी, ऐसा रम्य वातावरण कहाँ

मिलेगा

▶ संसार में कितनी भीड़ है, कितने क्राइम्स हैं, कितने नेगेटिव वायब्रेशंस हैं

▶ उस वातावरण से ये वातावरण हटके है, माउंट में क्राइम रेट बहुत कम है

▶ यहाँ के योगियों का प्रभाव है

»» _ »» Practice

→ Deep Introspection, Retrospection Self Cheking, Self Reflexion, Concentration of Mind, Control of Mind इन सबकी बार-बार प्रैक्टिस और ट्रायल करनी है

■ साधारण स्वरूप, फ़रिश्ता स्वरूप प्रैक्टिस करेंगे तो फ़रिश्ता बन जायेंगे

- हर चीज की प्रैक्टिस चाहिए

→ आत्मा ने देहभान में आकर देहभान की ही प्रैक्टिस की है इसलिए इतने विकर्म हुए हैं

- अभी आत्मिक भान में स्थित होकर उसकी प्रैक्टिस करना

→ दो प्रकार से काम करना है

- एक केंद्र पर काम करना

- एक Periphery

▶ हम periphery पर काम करते हैं

▶ ये ठीक नहीं है, उसको ठीक करो..,

▶ केंद्र पर काम करेंगे तो periphery अपने आप ठीक

हो जायेगी

▶ केंद्र अर्थात आत्मा, परिधि अर्थात circumference,

periphery अर्थात देह

► Center is Soul Consciousness, Soul

Consciousness होंगे तो अपने आप सब काम होगा, Periphery पर काम करने की जरूरत नहीं

► Periphery पर काम करना मतलब अभी भी चिडचिडापन, गुस्सा, डर, sensitive होना, रोना, चिल्लाना, दूसरों को blame करना,

► एक के प्रति घृणा है तो चलो उसके प्रति प्रेम का भाव प्रकट करते हैं, जब तक उसके प्रति प्रेम का भाव प्रकट करते हैं, फिर इतने में दूसरे के प्रति घृणा उत्पन्न हो जाती है, ये सब परिधि पर काम करना है..

► Center पर काम करना अर्थात रहानी ड्रिल, आत्मिक स्थिति

► आत्मिक स्थिति में स्थित हो जाओ तो periphery will take care of itself.. परिधि अपना ध्यान खुद ही रख लेगी..

► सेवाएँ भी परिधि पर कर रहे हैं, केंद्र पर स्थित होकर करना है

► तो Divine Call, Divine Vision, Divine Inspiration अपने आप होगा

► केंद्र पर काम करने के लिए Deep

Introspection - प्रतिकरण की आवश्यकता है

»» _ »» Divine Call, Vision, Inspiration ये तीनों पहले हमको आये फिर हम ये तीनों दूसरों को दें

»» _ »» जो शुरू में हुआ वो अंत में होगा- उसके ऊपर चिन्तन करना

»» _ »» Control of Mind, Concentration of Mind, अगर नहीं है तो कैसे बढ़ाएं..

»» _ »» Introspection- अंतर्मुखी रहना मासी का घर नहीं है, सबसे बड़ा काम है अंतर्मुखी रहना

→ क्योंकि हर चीज, हर व्यक्ति, हर वस्तु हमको बाह्यमुखी कर रही है, सबकुछ बाहर अटेंशन को खींच रही है

»» _ »» बाबा के महावाक्य जो बहुत ही पावरफुल है- नशे वाले points पढ़ना

→ जैसे- "तुम्हारे भाग्य का निर्माण स्वयं भाग्यविधाता ने किया है, भाग्यविधाता ही तुम्हारा हो गया"

■ शुरू में जो नशा रहता वो बाद में क्यों कम हो जाता है,

■ जो- जो प्रतिज्ञा की थी अब उसको फिर से revise करो

■ कौन सी प्रतिज्ञाएँ की थी- योगी बनेंगे, महान बनेंगे, ये

करेंगे, वो करेंगे, ऐसा बनेंगे, और क्या बन गए

→ उठते-बैठते, तैयार होते, सेवा पर जाते इन महावाक्यों को अन्दर ही अन्दर याद करते रहना है..