
कुमार जीवन - 41

अव्यक्त बापदादा :-

➡ _ ➡ कुमारों से :- कुमार अर्थात् सर्व शक्तियों को, सर्व खजानों को जमा कर औरों को भी शक्तिवान बनाने की सेवा करने वाले। सदा इसी सेवा में बिजी रहते हो ना। बिजी रहेंगे तो उन्नति होती रहेगी। **अगर थोड़ा भी फ्री होंगे तो व्यर्थ चलेगा। “समर्थ रहने के लिए बिजी रहो।” अपना टाइम-टेबल बनाओ।** जैसे शरीर का टाइम-टेबल बनाते हैं ऐसे **बुद्धि का भी टाइम-टेबल बनाओ। बुद्धि से बिजी रहने का प्लैन बनओ।** तो बिजी रहने से सदा उन्नति को पाते रहेंगे। आजकल के समय प्रमाण कुमार जीवन में श्रेष्ठ बनना बहुत बड़ा भाग्य है। हम श्रेष्ठ भाग्यवान आत्मा हैं, यही सदा सोचो। याद और सेवा का सदा बैलेन्स रहे। बैलेन्स रखने वालों को सदा ब्लैसिंग मिलती रहेगी। **(08-04-1984)**

➤➤ किस किस कर्म के साथ कौन कौन से संकल्प जोड़ें जाएँ ?

➡ _ ➡ अमृतवेला उठना

- स्थूल नींद से उठने के बाद
 - शक्तिशाली संकल्पों से स्वयं को विस्मृति की निद्रा से उठाना है
- शरीर को उठाने के बाद
 - स्वमान से स्वयं के मन को उठाना है
- मैं अवतार हूँ
 - यह नहीं सोचो की मैं नींद से उठ रहा हूँ
 - बल्कि यह सोचो की मैं आत्मा अभी अभी परमधाम से इस तन में आई हूँ
- संकल्प कीजिये की
 - किसने मुझे उठाया है ?
 - मैं किसके सम्मुख हूँ
- बाबा को गुड मोर्निंग कीजिये
- अपने श्रेष्ठ भाग्य को स्मृति में लाइए
- यह कितना श्रेष्ठ दिन है
 - मुझे और एक अवसर मिला है
 - मुझे वर्तमान में जीना है
- ▶ पास्ट और फ्यूचर के बारे में नहीं सोचना है

➡ _ ➡ फ्रेश होना

➡ _ ➡ अमृतवेला

→ स्नान करने के बाद और थोड़ा सा चलकर ही अमृतवेला करना है

- ताकि नींद का हमारे अमृतवेला पर कोई असर न हो
- हमारा अमृतवेला जागती ज्योत की तरह हो

→ योग अभ्यास में नवीनता लाइए

» _ » स्नान

→ मैं इष्ट देव इस तन रूपी मंदर में विराजमान हूँ

→ इस तन के साथ मैं आत्मा भी शुद्ध होती जा रही हूँ

- मन भी पवित्र हो रहा है
- बुद्धि भी पवित्र हो रही है
- संस्कार भी पवित्र हो रहे हैं

» _ » आइना देखना

» _ » कंघी करना

» _ » मुरली सुनना

→ सिर्फ देह से नहीं, बल्कि मन से भी मुरली क्लास में बैठे हों

→ “मैं आत्मा गोडली स्टूडेंट हूँ” - स्वयं को इस स्वमान में स्थित

कीजिये

→ भाग्य की स्मृति

- स्वयं भगवान मुझे विश्व के आदि मध्य अंत की शिक्षा दे रहा है

» _ » नाश्ता करना

→ मुरली सुनने से नाश्ता करने तक मौन में रहे ...

→ मुरली rewise करें

→ संकल्प करें

- मैं परम पवित्र आत्मा हूँ
- मैं आत्मा कल्प वृक्ष के नीचे बैठी हूँ
- पांच तत्वों को धन्यवाद दें

▶ भूमि (सबसे स्थूल)

▶ जल

▶ अग्नि

▶ वायु

▶ आकाश (सबसे सूक्ष्म)

→ सब कुछ लाइट का देखें

- स्वयं को भी
- थाली को भी
- टेबल को भी
- भोजन को भी

» _ » भोजन

»» _ »» चाय / पानी पीना

»» _ »» कर्मयोग

→ किस किस प्रकार के कर्म

- ज्ञान सुनाना
- ब्राह्मणों के संपर्क में आना
- गैर ब्राह्मणों के संपर्क में आना
- ऑफिस जाना

→ योग अभ्यास

- स्वयं को आत्मिक स्वरूप में देखें
- सामने वाले को भी आत्मिक स्वरूप में देखें
- संकल्प करें :-
 - ▶ दुआ दें :- यह श्रेष्ठ पुरुषार्थी बन जाए
 - ▶ यह देवकुल की महान आत्मा है

»» _ »» ट्रैफिक कण्ट्रोल

»» _ »» नुमशाम योग

»» _ »» ज्ञान चर्चा

»» _ »» पडना

»» _ »» टहलना

»» _ »» यात्रा / Traveeling / गाडी चलाना

»» _ »» बाज़ार में जाना
