

○ 12 / 01 / 22 की मुरली से चार्ट ○

⇒ TOTAL MARKS:- 100 ⇐

]] 1]] होमवर्क (Marks: 5*4=20)

>>> *योगबल से विकारों के सूक्ष्म नशे को समाप्त किया ?*

>>> *मंजिल को सामने रख ब्रह्मा बाप को फॉलो किया ?*

>>> *अवस्था बिगाड़ने वाली बातों को सुनते हुए भी नहीं सुना ?*

>>> *बाप पर अपनी सब कमजोरिया कुर्बान की ?*

◇ ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° °

☆ *अव्यक्त पालना का रिटर्न* ☆

☼ *तपस्वी जीवन* ☼

◇ ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° °

~◇ *अगर संकल्प शक्ति कन्ट्रोल में नहीं आती तो अशरीरी भव का इन्जेक्शन लगा दो। बाप के पास बैठ जाओ। तो संकल्प शक्ति व्यर्थ नहीं उछलेगी।* अभी व्यक्त में रहते अव्यक्त में उड़ते रहो। उड़ना सीखो। सदा अव्यक्त वतन में विदेही स्थिति में उड़ते रहो, अशरीरी स्टेज पर उड़ते रहो।

◇ ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° °

]] 2]] तपस्वी जीवन (Marks:- 10)

➤➤ *इन शिक्षाओं को अमल में लाकर बापदादा की अव्यक्त पालना का रिटर्न दिया ?*



☆ *अव्यक्त बापदादा द्वारा दिए गए* ☆

☼ *श्रेष्ठ स्वमान* ☼



✽ *"में कदम में पदमों की कमाई जमा करने वाली विशेष आत्मा हूँ"*

~◇ सदा हर कदम में पदमों की कमाई जमा करने का साधन है। *हर कदम में अपने को विशेष आत्मा समझो, तो जैसी स्मृति होगी वैसी स्थिति स्वतः हो जायेगी। कर्म भी विशेष हो जायेंगे। तो सदा यह स्मृति रहे कि मैं विशेष आत्मा हूँ क्योंकि आप ने अपना बना लिया।* इससे बड़ी विशेषता और क्या हो सकती है?

~◇ *भगवान के बच्चे बन जाना, यह सबसे बड़ी विशेषता है। सदा इसी स्मृति में रहना अर्थात् पदमों की कमाई जमा करना। किसके बने और क्या बने हैं यह भी याद रखो ते कमाई होती रहेगी।*

~◇ *विश्व के आत्माओंकी निगाह आपके ऊपर है, इतनी ऊंचे ते ऊंची आत्माएं हो, तो सदा हर पार्ट बजाने, उठते, बैठते, चलते इस स्मृति मे रहो कि हम स्टेज पर पार्ट बजा रहे हैं। यह ब्राह्मण जीवन है ही आदि से अन्त तक स्टेज के ऊपर पार्ट बजाने वाले।* जब सदा यह स्मृति रहेगी कि मैं बेहद विश्व की स्टेज पर हूँ तो स्वतः हर कर्म के ऊपर अटेन्शन रहेगा। इतना अटेन्शन रखकर कर्म करेंगे तो कमाई जमा होती रहेगी।



॥ 3 ॥ स्वमान का अभ्यास (Marks:- 10)

➤➤ *इस स्वमान का विशेष रूप से अभ्यास किया ?*

◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°°

◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°°

☉ *रूहानी ड्रिल प्रति* ☉

☆ *अव्यक्त बापदादा की प्रेरणाएं* ☆

◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°°

~◊ जो बापदादा ने अभ्यास सुनाया, मन सेकण्ड में एकाग्र हो जाए, क्योंकि *समस्या अचानक आती है और उसी समय अगर मनोबल है, तो समस्या समाप्त हो जाती है* लेकिन समस्या एक पढाई पढाने वाली बन जाती है।

~◊ *इसलिए सभी मन-बुद्धि को अभी-अभी एकाग्र करो।* देखो होता है। (बापदादा ने ड्रिल कराई) *ऐसे सारे दिन में अभ्यास करते रहो।* अच्छा।

◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°°

॥ 4 ॥ रूहानी ड्रिल (Marks:- 10)

➤➤ *इन महावाक्यों को आधार बनाकर रूहानी ड्रिल का अभ्यास किया ?*

◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°°

◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°°

☉ *साइलेंस पॉवर प्रति* ☉

☆ *अव्यक्त बापदादा के इशारे* ☆

◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°° ●☆●◊°°

~◇ अब तक वाणीमूर्त बने हो फिर बनेंगे साक्षात्कार मूर्त। अभी *वाणी से औरों को साक्षात्कार होता है लेकिन फिर होगा सायलेन्स से साक्षात्कार।* जब बनेंगे तो सभी के मुख से क्या निकलेगा? यह जो गायन है ना कि सभी परमात्मा के रूप हैं, यह गायन संगम पर ही प्रैक्टिकल में होता है। भक्तिमार्ग में जो भी बातें चली हैं वह संगम की बातों को मिक्स किया है। *तुम्हारी अन्त में यह स्थिति आती है, जो सभी में साक्षात् बापदादा की मूर्त महसूस होगी।*

~◇ आजकल साइंस वाले भी विस्तार को समेटने का ही पुरुषार्थ कर रहे हैं। *साइन्स पावर वाले भी तुम सायलेंस की शक्ति वालों से काँपी करते हैं।* जैसे-जैसे साइलेंस की शक्ति सेना पुरुषार्थ करती है वैसा ही वह भी पुरुषार्थ कर रहे हैं।

साइलेन्स पावर पहले साइलेंस की शक्ति सेना इन्वेन्शन करती है फिर साइंस अपने रूप से इन्वेन्शन करती है। *जैसे-जैसे यहाँ रिफाइन होते जाते हैं वैसे ही साइंस भी रिफाइन होती जाती है।*

~◇ जो बातें पहले उन्हीं को भी असम्भव लगती थी वह अब सम्भव होती जा रही हैं। वैसे ही यहाँ भी असम्भव बातें सरल और सम्भव होती जाती है। *अब मुख्य पुरुषार्थ यही करना है कि आवाज में लाना जितना सहज है उतना ही आवाज से परे जाना सहज हो।* इसको ही सम्पूर्ण स्थिति के समीप की स्थिति कहा जाता है।

◇ ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° °

]] 5]] अशरीरी स्थिति (Marks:- 10)

>> *इन महावाक्यों को आधार बनाकर अशरीरी अवस्था का अनुभव किया ?*

◇ ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° ° ● ☆ ● ◇ ° °

[[6]] बाबा से रूहरिहान (Marks:-10)
(आज की मुरली के सार पर आधारित...)

✽ *"ड्रिल :- बाप से पूरा वर्सा लेने विकारों का दान देना"*

➡ _ ➡ *मैं आत्मा सेण्टर में बाबा के कमरे में बैठ बाबा का आह्वान करती हूँ... बाहरी सभी बातों से अपने मन को हटाकर एक बाबा में लगाने की कोशिश करती हूँ... धीरे-धीरे सभी कर्मेन्द्रियाँ शांत होती जा रही हैं... भटकता हुआ मन स्थिर होने लगा है... मैं आत्मा अपना बुद्धि योग एक बाबा से कनेक्ट करती हूँ... * इस शरीर को भी भूल एक बाबा की लगन में मगन होने लगती हूँ... बाबा मेरे सम्मुख आकर बैठ जाते हैं... मैं आत्मा गहन शांति की अनुभूति कर रही हूँ... मैं और मेरा बाबा बस और कोई भी नहीं...

✽ *कदम-कदम पर बाप की श्रीमत लेकर कर्म में आने की शिक्षा देते हुए प्यारे बाबा कहते हैं:-* "मेरे मीठे फूल बच्चे... मीठे से भाग्य ने जो ईश्वर पिता का साथ दिलवाया है... उस महान भाग्य को सदा का सुखो भरा सौभाग्य बना लो... *हर पल मीठे बाबा की श्रीमत का हाथ पकड़कर सुखी और निश्चिन्त हो जाओ... जिन विकारों ने हर कर्म को विकर्म बनाकर जीवन को गर्त बना डाला... श्रीमत के साये में उनसे हर पल सुरक्षित रहो..."*

➡ _ ➡ *प्यारे बाबा को विकारों का दान देकर माया के ग्रहण से मुक्त होकर मैं आत्मा कहती हूँ:-* "हाँ मेरे मीठे प्यारे बाबा... मैं आत्मा सच्चे ज्ञान को पाकर कर्मों की गुह्य गति जान गई हूँ... *आपकी श्रीमत पर चलकर जीवन पुण्य कर्मों से सजा रही हूँ... आपके मीठे साथ ने जीवन को फूलों सा महका दिया है... सुकर्मों से दामन सजता जा रहा है..."*

✽ *हर कदम में मेरा साथ देकर मेरे भाग्य को श्रेष्ठ बनाते हुए खुदा दोस्त बन मीठे बाबा कहते हैं:-* "मीठे प्यारे लाडले बच्चे... श्रीमत ही वह सच्चा आधार है जो जीवन को खुशियों का पर्याय बनाता है... *स्वयं भगवान साथी बन हर कर्म में सलाह और साथ दे रहा है... तो इस महाभाग्य से रोम रोम सजा लो... सच्चे साथी की श्रीमत पर चलकर सखदायी जीवन का भाग्य अपने नाम

करालो...”*

»→ _ »→ *सदा श्रेष्ठ संकल्प और कर्मों से अपने जीवन को सदा के लिए खुशहाल बनाते हुए मैं आत्मा कहती हूँ:-* “मेरे प्राणप्रिय बाबा... *मैं आत्मा मनुष्य मत के पीछे लटककर कितनी दुखी हो गई थी... अब आपकी छत्रछाया में कितनी सुखी कितनी बेफिक्र जिंदगी को पा रही हूँ... आपका साथ पाकर मैं आत्मा सतयुगी सुखो की मालकिन बनती जा रही हूँ...* मेरे जीवन की बागडोर को थाम आपने मुझे सच्चा सहारा दिया है...”

* *अपने मीठे वरदानों की बारिश कर मुझे अपने दिल तख्त पर बिठाते हुए मेरे बाबा कहते हैं:-* "प्यारे सिकीलधे मीठे बच्चे... यह वरदानी संगम सुकर्मों से दामन सजाने वाला खुबसूरत समय है कि मीठा बाबा बच्चों के सम्मुख है... *इसलिए हर कर्म को श्रीमत प्रमाण कर बाबा का दिल सदा का जीत लो... जब बाबा साथ है तो जीवन के पथ पर अकेले न चलो... सच्चे साथ का हाथ पकड़कर अनन्त खुशियो में उड़ जाओ...”*

»→ _ »→ *ईश्वरीय प्रेम के साये में श्रेष्ठ कर्मों से व्यर्थ से मुक्त होकर समर्थ बनकर मैं आत्मा कहती हूँ:-* “हाँ मेरे मीठे बाबा... मैं आत्मा आपकी मीठी यादों में कितनी खुशनुमा हो गई हूँ... *हर कदम पर श्रीमत के साथ अपने जीवन में खुशियो के फूल खिला रही हूँ... ईश्वर पिता के सच्चे साथ को पाकर, मैं आत्मा हर कर्म को सुकर्म बनाती जा रही हूँ... और बेफिक्र बादशाह बनकर मुस्करा रही हूँ...”*

]] 7]] योग अभ्यास (Marks:-10)

(आज की मुरली की मुख्य धारणा पर आधारित...)

☼ *"डिल :- बाप के साथ सदा सच्चे रहना है”*

»→ »→ अपने सच्चे बाप के साथ सदा सच्चे रहने का मन ही मन प्रोमिस

करके मैं अपने सत बाप की याद में बैठ जाती हूँ। एकाएक वो सभी भूले, वो सभी गलतियां जो देह अभिमान में आने के कारण जाने - अनजाने मुझसे हुई हैं वो स्मृति में आने लगती हैं। *आंखों से आंसू बहने लगते हैं और मैं अपनी आंखें बंद कर लेती हूँ। उन भूलों को, उन गलतियों को अपने सच्चे साहिब को बताने और उन्हें फिर ना दोहराने का दृढ़ निश्चय कर मैं अपने सच्चे साहिब, अपने सत बाबा का आह्वान करती हूँ*। मन ही मन संकल्प करती हूँ:- "हे मेरे सच्चे साहिब मेरे पास आओ"।

»→ _ »→ मेरे संकल्प जैसे ही बाबा तक पहुँचते हैं वैसे ही मेरे दिलाराम बाबा अपने आकारी ब्रह्मा तन में विराजमान हो कर मेरे सम्मुख आ जाते हैं। *अपने कंधे पर स्पर्श का अनुभव होते ही मैं जैसे ही अपनी आंखें खोलती हूँ तो अपने सच्चे साहिब, को लाइट माइट स्वरूप में अपने सामने खड़ा हुआ पाती हूँ*। उनके आते ही मेरे आस - पास जैसे एक अलौकिक दिव्यता छा गई है जो मुझमें विशेष बल भर रही है। उनकी शक्तिशाली किरणों का औरा मुझे विकर्मों के बोझ से मुक्त एक दम हल्का, विदेही स्थिति का अनुभव करवा रहा है। *धीरे - धीरे मेरा साकार शरीर लुप्त हो कर उसके स्थान पर सूक्ष्म लाइट का शरीर बन गया है*।

»→ _ »→ अपने सूक्ष्म आकारी लाइट के फरिश्ता स्वरूप में मैं स्वयं को बहुत ही हल्का अनुभव कर रही हूँ। मेरे सच्चे साहिब अब मेरा हाथ थामे मुझे इस विकारी दुनिया से दूर अपनी अलौकिक दुनिया में ले आते हैं। *फरिश्तों की इस दुनिया में आ कर चित को जैसे चैन मिल रहा है। बापदादा अब मुझे अपने पास बिठा लेते हैं और अपने रुई समान कोमल हाथों का स्पर्श मेरे मस्तक पर करते हैं। उनके हाथों का स्पर्श पाकर मेरी सारी थकान एक दम समाप्त हो जाती है*। बाबा को अब मैं एक - एक करके वो सारी भूले, वो सारी गलतियां बता रही हूँ। जो देह भान में आने के कारण जाने - अनजाने मुझ से हुई हैं।

»→ _ »→ मेरा सिर ऊपर उठा कर मेरे आंसुओं को अपने कोमल हाथों से साफ करते हुए बाबा अपने हाथ मेरे सिर पर रख रहे हैं। *बाबा के हस्तों से अनन्त शक्तियों की ज्वाला स्वरूप किरणें निकल कर मेरे मस्तक से होती हुई मेरे अंग - अंग में समाने लगी हैं। मैं स्पष्ट अनुभव कर रही हूँ कि ये ज्वाला

स्वरूप किरणे मेरे द्वारा की हुई भूलो और गलतियों के कारण बने विकर्मों को भस्म कर रही हैं*। ऐसा लग रहा है, जैसे अपनी भूलो और गलतियों को अपने सच्चे साहिब को बता कर मैं हर प्रकार के बोझ से पूरी तरह मुक्त हो गई हूँ। मेरा यह बोझ मुक्त लाइट और माइट स्वरूप मुझे असीम आनन्द की अनुभूति करवा रहा है।

» _ » अपने इस लाइट माइट स्वरूप के साथ अब मैं वापिस साकारी दुनिया मे आ जाती हूँ और फिर से अपने साकारी तन में विराजमान हो जाती हूँ। *अपने इस लाइट माइट स्वरूप को सदा बनाये रखने के लिए अब मैं बहुत - बहुत सच्ची दिल रख, अपने सच्चे साहिब को सदा राजी रखने के लिए इस बात का विशेष ध्यान रखती हूँ कि हर बात अपने सच्चे साहिब को बताते हुए, उनसे राय ले कर, उन्हें अपने अंग - संग रख हर कर्म करूँ ताकि कोई भी भूल या गलती मुझ से ना हो* जिसके लिए मुझे पश्चाताप करना पड़े या अपने सच्चे साहिब की नजरों में मुझे झूठा बनना पड़े।

» _ » *"सच्चे दिल पर साहिब राजी" यह बात सदा स्मृति में रख अब मैं अपने सच्चे साहिब से कुछ ना छिपाते हुए, उनके दिल पर राज करते हुए, उनके साथ अपने ब्राह्मण जीवन का भरपूर आनन्द ले रही हूँ*।

]] 8]] श्रेष्ठ संकल्पों का अभ्यास (Marks:- 5)
(आज की मुरली के वरदान पर आधारित...)

✽ *मैं मंजिल को सामने रख ब्रह्मा बाप को फॉलो करते हुए फर्स्ट नम्बर लेने वाली आत्मा हूँ।*

✽ *मैं तीव्र पुरुषार्थी आत्मा हूँ।*

➤➤ इस संकल्प को आधार बनाकर स्वयं को श्रेष्ठ संकल्पों में स्थित करने का अभ्यास किया ?

॥ 9 ॥ श्रेष्ठ संकल्पों का अभ्यास (Marks:- 5)
(आज की मुरली के स्लोगन पर आधारित...)

- ✽ *मैं आत्मा अवस्था बिगाड़ने वाली बात को सुनते हुए भी सुनने से सदा मुक्त हूँ ।*
- ✽ *मैं आत्मा सदैव अपनी अवस्था को शक्तिशाली बनाती हूँ ।*
- ✽ *मैं आत्मा सदा खुशी स्वरूप हूँ ।*

➤ ➤ इस संकल्प को आधार बनाकर स्वयं को श्रेष्ठ संकल्पों में स्थित करने का अभ्यास किया ?

॥ 10 ॥ अव्यक्त मिलन (Marks:-10)
(अव्यक्त मुरलियों पर आधारित...)

✽ अव्यक्त बापदादा :-

➤ ➤ बापदादा को राजी करना बहुत सहज है। बापदादा को राजी करने का सहज साधन है 'सच्ची दिल'। *सच्ची दिल पर साहेब राजी है। हर कर्म में सत्यवादी।* सत्यता महानता है। *जो सच्ची दिल वाला है, वह सदा संकल्प, वाणी और कर्म में, सम्बन्ध-सम्पर्क में राजयुक्त होगा* अर्थात् राज को समझ करने वाले, चलने वाले, और हम कहाँ तक राजयुक्त हैं - उसको परखने की निशानी है - *अगर राज जानता है तो वह कभी भी अपने स्व-स्थिति से नाराज नहीं होगा* अर्थात् दिलशिकस्त नहीं होगा और *संकल्प में भी, वृत्ति से भी, स्मृति से भी, दृष्टि से भी किसी को नाराज नहीं करेगा,* क्योंकि वो सबके वा अपने संस्कार-स्वभाव को जानने वाला राजयुक्त है। तो *बाप को राजी करने की विधि है - राजयुक्त चलना और राजयुक्त अर्थात् न अपने अन्दर नाराजगी आये, न औरों को नाराज करे।*

✽ *डिल :- "राजयुक्त होकर बापदादा को सहज राजी करना"*

»→ _ »→ इस साकार लोक में... अपने कर्म क्षेत्र के... सभी कार्यों को समाप्त कर... मैं आत्मा इस संगमयुग की... सुहानी बेला के शुभचिंतन में खो गई हूँ... स्नेह सागर और नदियों के संगम में... खुशियों भरे... मौज मनाने वाले... मेले का आनंद ले रही हूँ... बापदादा के संग मिलन मेले का श्रेष्ठ भाग्य... अनुभव कर हर्षित हो रही हूँ... स्नेह सुधा बरसाते हुए मेरे बाबा... मुझे भी अपने समान स्नेही बना कर... धन्य धन्य कर रहे हैं... बापदादा से... *कभी सूर्य समान उज्ज्वल... शक्तिशाली किरणें लेती हुई... कभी चंद्रमा जैसी शीतल चांदनी लेती हुई...* मैं आत्मा अपने श्रेष्ठ भाग्य के गीत गाती ही जा रही हूँ...

»→ _ »→ मुझ सच्ची दिल वाली... स्नेही आत्मा ने... दिलाराम बाप को राजी कर लिया है... *दिलाराम बाप... इस सच्ची दिल में... याद के रूप में... सदा के लिए ठहर गए हैं...* सदा ही बाप के साथ का अनुभव करती हुई... स्वयं को बाप के समीप अनुभव कर रही हूँ... मैं आत्मा फरिश्ता स्वरूप में... स्नेह के सागर से... मिलन मनाने के... उमंग-उत्साह में उड़ती और उड़ाती ही रहती हूँ...

»→ _ »→ हर कर्म सत्यता से करती हुई... मैं सत्यवादी आत्मा... अपने बाबा की दिलतख्तनशीन बन गई हूँ... सत्यता महानता है... सदा संकल्प... वाणी और कर्म में... सत्यता की शक्ति धारण करके... *सर्व के साथ सत्यता से... सभ्यतापूर्वक... स्नेह व सम्मान से व्यवहार कर रही हूँ... स्वस्थिति को श्रेष्ठ बना कर...* सर्व का सम्मान... सहज ही प्राप्त करती जा रही हूँ...

»→ _ »→ *ड्रामा के... सृष्टि चक्र के... राज को जान कर... समझकर... निश्चिंत हो गई हूँ...* साक्षीपन की स्थिति में रहकर... हर परिस्थिति के खेल को देख रही हूँ... देख कर आनंदित हो रही हूँ... समय के राज को जान कर... हर धोखे से स्वयं को बचा लिया है... अचल अडोल अवस्था से... नम्रतापूर्वक... संबंध संपर्क में आने वाली... हर आत्मा की पालना... बहुत ही स्नेह से... शांति से कर रही हूँ...

»→ _ »→ स्मृति स्वरूप बन कर... सृष्टि चक्र समझ कर... अपने पार्ट को देखते हुए.. आनंदविभोर हो रही हूँ... हर्षित हो रही हूँ... दूसरी आत्माओं के

संस्कार स्वभाव को भी जान कर... अपना पार्ट कुशलता से बजा रही हूँ... मुझ एकरस स्थिति वाली आत्मा के... वाणी व्यवहार से... हर दूसरी आत्मा... संतुष्ट व हर्षित दिखाई दे रही है... श्रेष्ठ स्वस्थिति द्वारा... विश्व में स्नेह व शांति का... प्रकंपन देते हुए... विश्व सेवा करती जा रही हूँ... *मेरे प्यारे बापदादा भी... मुझ सच्ची दिल वाली... राजयुक्त आत्मा पर... सहज ही राजी हैं...*

⊙_⊙ आप सभी बाबा के प्यारे प्यारे बच्चों से अनुरोध है की रात्रि में सोने से पहले बाबा को आज की मुरली से मिले चार्ट के हर पॉइंट के मार्क्स जरूर दें ।

ॐ शान्ति ॐ