❍ 20 / 01 / 22 की मुरली से चार्ट ❍
⇛ TOTAL MARKS:- 100 ⇚

∫∫ 1 ∫∫ होमवर्क (Marks: 5*4=20)

➢➢ *ज्ञान मंथन से बुधी को भरपूर रखा ?*

➢➢ *विपरीत भावनाओ को समाप्त कर अव्यक्त स्थिति का अनुभव किया ?*

➢➢ *सर्वशक्तिवान बाप के साथ से माया को पेपर टाइगर अनुभव किया ?*

➢➢ *किसी भी बात पर अपसेट तो नहीं हुए ?*

────────────────────────

✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊
☆ *अव्यक्त पालना का रिटर्न* ☆
❂ *तपस्वी जीवन* ❂
✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊

〰✧ *बुद्धि की एकाग्रता से परखने की शक्ति आयेगी। इसके लिए व्यर्थ वा अशुद्ध संकल्पों की हलचल से परे एक में सर्व रस लेने वाली एकरस स्थिति चाहिए।* अगर अनेक रसों में बुद्धि और स्थिति डगमग होती है तो परखने की शक्ति कम हो जाती है और न परखने के कारण माया अपना ग्राहक बना देती है। यह माया है, यह भी पहचान नहीं सकते। यह रांग है, यह भी जान नहीं सकते।

✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊ ••☆••✧ ̊ ̊

∬ 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* ❂
✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

✺ *"मैं सदा रूहानी नशे में रहने वाला सच्चा रूहानी गुलाब हूँ"*

〰✧ सदा रूहानी नशे में रहने वाले सच्चे रूहानी गुलाब हो ना? जैसे रूहे गुलाब का नाम बहुत मशहूर है वैसे आप सभी आत्मायें रूहानी गुलाब हो। *रूहानी गुलाब अर्थात् चारों ओर रूहानियत की खुशबू फैलाने वाले।* ऐसे अपने को रूहानी गुलाब समझते हो?

〰✧ *सदा रूह को देखते और रूहों के मालिक के साथ रूह-रूहान करते यही रूहानी गुलाब की विशेषता है। सदा शरीर को देखते रूह अर्थात् आत्मा को देखने का पाठ पक्का है ना!* इसी रूह को देखने के अभ्यासी रूहानी गुलाब हो गये।

〰✧ *बाप के बगीचे के विशेष पुष्प हो क्योंकि सबसे नम्बरवन रूहानी गुलाब हो। सदा एक की याद में रहने वाले अर्थात् एक नम्बर में आना है, यही सदा लक्ष्य रखो।*

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 3 ∬ स्वमान का अभ्यास (Marks:- 10)

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

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

❂ *रूहानी ड्रिल प्रति* ❂

☆ *अव्यक्त बापदादा की प्रेरणाएं* ☆

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

〰✧ ब्रह्मा बाप से तो प्यार है ना! तब तो ब्रह्माकुमारी वा ब्रह्माकुमार कहलते हो ना! *जब चैलेन्ज करते हो कि सेकण्ड में जीवनमुक्ति का वर्सा ले लो तो अभी सेकण्ड में अपने को मुक्त करने का अटेन्शन।*

〰✧ अभी समय को समीप लाओ। *आपके सम्पूर्णता की समीपता, श्रेष्ठ समय को समीप लायेगी।* मालिक होना, राजा हो ना। स्वराज्य अधिकारी हो? तो ऑर्डर करो। राजा तो ऑर्डर करता है ना! *यह नहीं करना है, यह करना है। बस ऑर्डर करो।*

〰✧ *अभी-अभी देखो मन को, क्योंकि मन है मुख्यमन्त्री।* तो हे राजा, अपने मन मन्त्री को सेकण्ड में ऑर्डर कर अशरीरी, विदेही स्थिति में स्थित कर सकते हो? *करो ऑर्डर एक सेकण्ड में* (बापदादा ने 5 मिनट ड्रिल कराई) अच्छा।

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 4 ∬ रूहानी ड्रिल (Marks:- 10)

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

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

⁺˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

❂ *अशरीरी स्थिति प्रति* ❂

☆ *अव्यक्त बापदादा के इशारे* ☆

⁺˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

~~✧ *अव्यक्त स्थिति की परख आप सभी के जीवन में क्या होगी, वह मालूम है? उनके हर कर्म में एक तो अलौकिकता और दूसरा हर कर्म करते कर्मेन्द्रियों से अतीन्द्रिय सुख की महसूसता आएगी।* उनके नयन-चैन, उनकी चलन अतीन्द्रिय सुख में हर वक्त रहेगी।

⁺˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∫∫ 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 :- अपार ख़ुशी में रहना"*

➳ _ ➳ मीठे बाबा की यादो में खोयी... मै आत्मा अपनी खुशियो के खजाने को गिनने में मशगूल हूँ... और अपनी ईश्वरीय अमीरी को देख देख मुस्करा रही हूँ... कितना प्यारा अनोखी खुशियो से भरा जीवन मीठे बाबा ने सौगात सा दे दिया है... तभी मीठे बाबा पलक झपकते ही वहाँ उपस्थित होकर... मुझे खुशहाल देख जेसे, नयनों से कह रहे... *बच्चों की खुशियो में ही मुझ पिता की खुशियां समायी है.*..

❇ *मीठे बाबा आज खुशियो की बरसात मेरे मन आँगन में बिखराते हुए बोले :-* "मीठे प्यारे फूल बच्चे... अब दुःख के दिन खत्म हो गए है... *अब अथाह खुशियो भरे मीठे दिन आ गए है..*. अब ईश्वर पिता जीवन में आ गया है... चारो ओर खुशियो की बरसात है... इस नशे में सदा डूबे रहो कि सुख शांति प्रेम के मीठे पल आये की आये..."

➳ _ ➳ *मै आत्मा प्यारे बाबा के रूप में भगवान को सम्मुख देख देख पुलकित हूँ और कह रही हूँ :-* "मीठे मीठे बाबा... *ऐसा प्यारा ईश्वरीय साथ भरा जीवन तो कल्पनाओ में भी कभी न था..*. आज आपको पाने की ख़ुशी से छलक रहा मन... जीवन की सच्चाई है... और मीठे सुख मुझे अपनी बाँहों में पुकार रहे है..."

❇ *प्यारे बाबा मुझे अपनी बाँहों में दुलारते हुए ज्ञान धारा को बहाते हुए बोले :-* "मीठे सिकीलधे बच्चे... जो देवताई सुख कल्पनाओ से परे थे... *ईश्वर पिता उन सुख भरे खजानो को आप बच्चों की राहो में फूलो सा बिखराया है.*.. इस ख़ुशी में सदा झूमते रहो... अपने मीठे सुखो की यादो में खोये रहो..."

➳ _ ➳ *मै आत्मा मीठे बाबा के वरदानों की छत्रछाया में स्वयं को भरपूर करते हुए बोली :-* "मीठे मीठे बाबा मेरे... दुखो के जंगल में सुख की एक बून्द को तरसती... *मै आत्मा आज स्वर्ग की बादशाही पा रही हूँ..*. कितना प्यारा मीठा और खुबसूरत भाग्य है... मै आत्मा आपके सारे खजानो की मालिक बन गयी हूँ..."

❇ *मीठे बाबा रूहानी दृष्टि देते हुए और ज्ञान रत्नों से मुझे श्रंगारते हुए बोले :-* "मीठे लाडले फूल बच्चे... ईश्वरीय श्रीमत पर चलकर जो सुखो की दौलत पायी है... उसके नशे में खोये रहो... संगम की यही खुशियां देवताई सुखो में बदल कर जीवन को खुशियो से महकायेंगी... *इन मीठे पलो के सुख को यादो में चिर स्थायी बनाओ.*.."

➳ ➳ *मै आत्मा प्यारे बाबा को अपनी मस्कराहट से जवाब देते हुए

कहती हूँ :-* "मीठे बाबा सच्चे ज्ञान को पाकर सारी भटकन से छूट गयी हूँ और *आपकी छत्रछाया में गुणवान शक्तिवान बनकर सच्ची खुशियो में खिलखिला रही हूँ..*. देवताई सुखो भरा स्वर्ग अपनी तकदीर में लिखवा रही हूँ..." अपनी खुशियो की चर्चा मीठे बाबा से कर मै आत्मा कार्य पर लौट आयी..." इन मीठी ईश्वरीय यादो को दिल में समेट कर मै आत्मा अपने जगत मे आ गयी...

∬ 7 ∬ योग अभ्यास (Marks:-10)
(आज की मुरली की मुख्य धारणा पर आधारित...)

✺ *"ड्रिल :- मुरली धारण कर फिर सुनानी है*"

➳ _ ➳ ब्रह्मा बाप ने हर कर्म पहले खुद करके दिखाया और अपने हर कर्म से औरों को कर्म करने की प्रेरणा देने वाले प्रेरणास्त्रोत बन अनेको आत्माओं के जीवन को परिवर्तन करने के निमित बनें। *ऐसे ब्रह्मा बाप को फॉलो करने का मन मे दृढ़ संकल्प कर मैं स्वयं से प्रतिज्ञा करती हूँ कि शिव बाबा मुरली के माध्यम से हम बच्चों को जो भी श्रीमत देते हैं उसे दूसरों को सिर्फ पढ़ कर नही सुनाना बल्कि अपने जीवन मे धारण कर उसे अपने हर संकल्प, बोल और कर्म में लाकर दूसरी आत्माओं को अनुभव करवाना है*।

➳ _ ➳ इसी दृढ़ प्रतिज्ञा के साथ मैं जैसे ही अपने प्यारे मीठे शिव बाबा की याद में बैठती हूँ, *ऐसा अनुभव होता है जैसे अव्यक्त ब्रह्मा बाबा और उनकी भृकुटि में विराजमान शिव बाबा मेरे बिल्कुल सामने आ कर बैठ गए हैं* और अपने वरदानी हस्तों को मेरे सिर के ऊपर फैलाये मुझे इस प्रतिज्ञा को पूरा करने का वरदान दे रहें हैं। अपने प्यारे बापदादा को अपने बिल्कुल सामने पाकर मैं एकटक उन्हें निहारती हुई उनके वरदानों की शक्ति को स्वयं में धारण करती जा रही हूँ।

➳ _ ➳ बाबा आगे बढ़कर मेरे मस्तक पर विजय का तिलक दे कर मेरी आँखों के सामने से एकदम ओझल हो जाते हैं और *बाबा के वरदानों की शक्ति

को स्वयं में अनुभव करती, शक्तिशाली स्थिति में स्थित हो कर, अब मैं अपने मन बुद्धि को एकाग्र करती हूँ अपने स्वरूप पर और अपनी निराकारी स्थिति में स्थित हो कर अपनी बुद्धि का योग अपने निराकार शिव पिता के साथ जोड़ती हूँ*।

➳ _ ➳ ऐसा अनुभव होता है जैसे पारवतन में बैठे मेरे मीठे प्यारे शिव बाबा अपने प्रेम की डोर से सहज ही मुझे अपनी ओर खींच रहें हैं। *बिना एक पल की भी देरी किये मैं आत्मा एक चमकता सितारा बन बिल्कुल सहज रीति इस देह को छोड़ ऐसे बाहर निकल आती हूँ जैसे मक्खन से बाल*। इस देह को मैं बिल्कुल साक्षी हो कर देख रही हूँ। इससे कोई ममत्व, कोई लगाव मुझे अनुभव नही हो रहा। *एक अति सुंदर न्यारे पन का अनुभव करते हुए मैं अति सूक्ष्म चैतन्य सितारा अपनी किरणो को चारों और फैलाता हुआ अब धीरे - धीरे ऊपर आकाश की ओर चल पड़ता हूँ*।

➳ _ ➳ ऐसा लग रहा है जैसे इस धरती के आकर्षण से मैं पूरी तरह मुक्त हो चुका हूँ। एक बल, एक शक्ति मुझे बस ऊपर की और खींच रही है और निर्बाध गति से उड़ता हुआ मैं आकाश को पार करके उससे भी ऊपर कहीं दूर उड़ता चला जा रहा हूँ। *सफेद प्रकाश से प्रकाशित सूक्ष्म फ़रिशतो की आकारी दुनिया को क्रॉस करता हुआ उससे भी ऊपर मैं एक ऐसी दुनिया में प्रवेश करता हूँ जहाँ मेरे ही समान असंख्य चमकते सितारे मुझे दिखाई दे रहें हैं*। यही मेरी मंजिल, मेरा घर, मेरे पिता परमात्मा का घर है। यहीं मेरे शिव पिता रहते हैं जिनके प्रेम की शक्ति मुझे खींच कर यहाँ ले आई है।

➳ _ ➳ अपने सामने अब मैं अपने शिव पिता को एक ज्योतिपुंज के रूप में देख रही हूँ जो अपने प्रेम की किरणों की शीतल फ़ुहारें मुझ पर बरसाते हुए मेरा स्वागत कर रहें हैं और अपनी शक्तियों रूपी किरणो की बाहों को फैलाये मेरा आह्वान कर रहें हैं। *अपने शिव पिता के प्रेम की शीतल फ़ुहारों का आनन्द लेती हुई मैं उनकी सर्वशक्तियों की किरणो रूपी बाहों में समा जाती हूँ*। मेरे शिव पिता की सर्वशक्तियां मेरे अंदर समाकर मुझे शक्तिशाली बना रही हैं। बाबा की सर्वशक्तियों को स्वयं में गहराई तक समाकर अब मैं ईशवरीय सेवा अर्थ साकार लोक में वापिस लौट रही हूँ।

➳ _ ➳ बाबा के वरदान और शक्तियाँ मुझे बाबा की शिक्षाओं को धारण करने का बल प्रदान कर रही हैं। *अपने ब्राह्मण स्वरुप में स्थित हो कर अब मैं अपने सम्बन्ध सम्पर्क में आने वाली सर्व आत्माओं को बाबा का ज्ञान केवल पड़ कर नही सुनाती बल्कि उसे स्वयं में धारण कर, अनुभवीमूर्त बन, परमात्म पालना का यथार्थ अनुभव सबको करवाते हुए अब मैं निमित बन सबको सच्चा ईश्वरीय ज्ञान देने की सेवा सफ़लतापूर्वक सम्पन्न कर रही हूँ*।

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

✺ *मैं विपरीत भावनाओं को समाप्त करने वाली आत्मा हूँ।*
✺ *मैं अव्यक्त स्थिति का अनुभव करने वाली आत्मा हूँ।*
✺ *मैं सदभावना सम्पन्न 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 सर्वशक्तिमान् बाप को सदा साथ रखती हूँ ।*
✺ *मैं आत्मा माया को पेपर टाइगर बनते हुए अनुभव करती हूँ ।*
✺ *मैं मास्टर सर्वशक्तिमान् 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 :-

➳ _ ➳ *खुश रहो, ज्यादा गम्भीर नहीं रहो खुश रहो, कभी-कभी कोई बच्चों का चेहरा बड़ा सोच-विचार में, थोड़ा ज्यादा गम्भीर दिखाई देता हैं*। खुश रहो, नाचो-गाओ, *आपकी ब्राह्मण जीवन है ही खुशी में नाचने की और अपने भाग्य और भगवान के गीत गाने की*। तो नाचने-गाने वाले जो होते हैं ना वह ऐसा गम्भीर होके नाचे तो कहेंगे नाचना नहीं आता। *गम्भीरता अच्छी है लेकिन टू-मच गम्भीरता, थोडा-सा सोच-विचार का लगता है।*

✺ *ड्रिल :- "ब्राह्मण जीवन में सदा खुश रहने का अनुभव"*

➳ _ ➳ आनन्द स्वरूप मैं आत्मा... *आनन्द के झरने के नीचे*... प्रकाश धारा बरसाता, यह झरना... और इसकी एक एक बूँद को स्वयं में समाती जा रही हूँ मै... रोम रोम खुशियों की तरंगो से भरपूर हो रहा है... भृकुटि रूपी तख्त पर स्थित मैं आत्मा... अंग-अंग में खुशियों का संचार करती हुई... आसपास के वातावरण को खुशनुमा बना रही हूँ... और खुशियों का केन्द्र बिन्दु मेरी सुखद स्मृतियाँ जो कल्प के बाद मुझ आत्मा में इमर्ज हुई है... *मै सुखसागर की सन्तान मास्टर सुख स्वरूप हूँ*...

➳ _ ➳ मैं सुख स्वरूप... आनन्द स्वरूप आत्मा अपने स्वमान में स्थित होकर बैठ गयी हूँ बापदादा के चित्र के सामने... पल पल खुशी से भरपूर करती उनकी मोहक मुस्कान... *संगम पर खुले खुशियों के खजाने*... और मेरी हर खुशी में साथी बन मेरे संग नाचते गाते बापदादा... *साकारी आकारी और निराकारी मिलन... मिलन की गहरी अनुभूतियाँ*... मिलन के क्षणों का गहराई से चिन्तन करती हुई मैं आत्मा, देह से अलग होती हुई फरिश्ता रूप में जा रही हूँ... बापदादा के सम्मुख...

➳ _ ➳ बापदादा के हाथों में महकते फूलों का गुलदस्ता... उन फूलों की जादुई खुशबू एक रूहानी सी मादकता से भरपूर कर रही है मुझे... *आँखों के सामने अद्भुत दृश्य साकार हो रहा है*... साथियों संग नाचते खुशियाँ मनाते बालकृष्ण और उनकी मुरली की धुन पर थिरकती मैं गोपिका... बेहद हल्कापन पैरों की थिरकन में... *उमंगो का पारावार हर पल अब जीवन में*... महकतें फूलों की बगिया... और हर फूल खिलने की प्रेरणा दे रहा है अनवरत...

➳ _ ➳ और बालकृष्ण को देख रही हूँ अब बापदादा के रूप में... मेरा हाथ थामें उड चलें सागर की ओर... *सागर के किनारें सागर की गम्भीरता को अनायास निहार रहा हूँ मैं*... अपार रत्नों को अन्तर में समेटें... चिर शान्त ये लहरें जीवन हीनता का आभास करा रही है... दमघोटने वाली नीरवता, उदासी... बापदादा की तरफ देख रहा हूँ मैं... आँखों में सवाल समाये... और बापदादा समझ गये है मेरा अभिप्राय... *सागर की तरफ मुट्ठी बन्द कर कुछ उछाल रहे है वो*...और देखते ही देखते लहरों में लौटता जीवन... उछलती, मचलती, *खुशियों से नाचती ये लहरें वातावरण में खुशियों का सृजन करती हुई*..

➳ _ ➳ *खुशियों की खुराक खाता और बाँटता मैं फरिश्ता उड चला अब परम धाम की ओर*...स्वयं को खुशियों से भरपूर करने के लिए... अनन्त प्रकाश पुंज में आहिस्ता आहिस्ता समाता हुआ... *स्वयं को भरपूर कर रहा हूँ मैं शाश्वत खुशी से*... और अब लौट आया हूँ अपनी देह में... देह में रहने का एक नया उद्देश्य लेकर... *खुश रहना, खुशियाँ बाँटना*... और *खुशनुमा दुनिया का सृजन करना*...

⊙_⊙ 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 ज़रूर दें ।

♔ ॐ शांति ♔