❍ 24 / 11 / 22 की मुरली से चार्ट ❍

⇛ TOTAL MARKS:- 100 ⇚

∫∫ 1 ∫∫ होमवर्क (Marks: 5*4=20)

➢➢ *रहमदिल बन सेवा की ?*

➢➢ *याद का चार्ट रखा ?*

➢➢ *नॉलेजफुल बन व्यर्थ को मिटाया ?*

➢➢ *मर्यादाओं में बेपरवाह तो नहीं बने ?*

────────────────────────

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

☆ *अव्यक्त पालना का रिटर्न* ☆

❂ *तपस्वी जीवन* ❂

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

〰✧ *चलते - फिरते अपने को निराकारी आत्मा और कर्म करते अव्यक्त फरिश्ता समझो तो साक्षी दृष्टा बन जायेंगे।* इस देह की दुनिया में कुछ भी होता रहे, लेकिन फरिश्ता ऊपर से साक्षी हो सब पार्ट देखते, सकाश अर्थात् सहयोग देता है। सकाश देना ही निभाना है।

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∫∫ 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 एकरस स्थिति का अनुभव करने वाली श्रेष्ठ आत्मा हूँ"*

〰✧ *'सदा एक बाप की याद में रहने वाली, एकरस स्थिति का अनुभव करने वाली श्रेष्ठ आत्मा हूँ' - ऐसे अनुभव करते हो?*

〰✧ *जहाँ एक बाप याद है, वहाँ एकरस स्थिति स्वत: सहज अनुभव होगी। तो एकरस स्थिति श्रेष्ठ स्थिति है।*

〰✧ *एकरस स्थिति का अनुभव करने वाली श्रेष्ठ आत्मा हूँ - यह स्मृति सदा ही आगे बढ़ाती रहेगी। इसी स्थिति द्वारा अनेक शक्तियों की अनुभूति होती रहेगी।*

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 3 ∬ स्वमान का अभ्यास (Marks:- 10)

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

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

❂ *रूहानी ड्रिल प्रति* ❂

☆ *अव्यक्त बापदादा की प्रेरणाएं* ☆

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

〰✧ ऐसे नहीं, योग में बैटेंगे तो फुलस्टॉप लगेगा। हलचल में फुलस्टॉप। इतनी पॉवरफुल ब्रेक है? कि ब्रेक लगायेंगे यहाँ और ठहरेगी वहाँ। और समय पर फुलस्टॉप लगे, *समय बीत जाने के बाद फुलस्टॉप लगाया तो उससे फायदा नहीं है।* सोचा और हुआ।

〰✧ सोचते ही नहीं रहो कि मैं शरीर नहीं आत्मा हूँ, आत्मा हूँ, मेरे को फुलस्टॉप लगाना है और कुछ नहीं सोचना है, यह सोचते भी टाइम लग जायेगा। ये सेकण्ड का फुलस्टॉप नहीं हुआ। *ये अभ्यास स्वयं ही करो। कोई को कराने की आवश्यकता नहीं है।* क्योंकि नये चाहे पुराने, सभी यह विधि तो जानते हो ना!

〰✧ तो अभ्यास बहुतकाल का चाहिए। उस समय समझो - नहीं, मैं फुल स्टॉप लगा दूँगी! नहीं लगेगा, यह पहले से ही समझना उस समय, समय अनुसार कर लेंगे! नहीं, होगा ही नहीं। *बहुत काल का अभ्यास काम में आयेगा।* क्योंकि कनेक्शन है।

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 4 ∬ रूहानी ड्रिल (Marks:- 10)

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

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

❂ *अशरीरी स्थिति प्रति* ❂

☆ *अव्यक्त बापदादा के इशारे* ☆
✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

〰✧ *कोई भी कार्य करते सिर्फ यह सोचो- मैं निमित हूँ कराने वाला कौन है?* जैसे भक्तिमार्ग में शब्द उच्चारण करते थे 'करन-करावनहार'। लेकिन वह दूसरे अर्थ से कहते थे। लेकिन इस समय जो भी कर्म करते हो उसमें करनकरावनहार तो है ना? कराने वाला बाप है, करने वाला निमित्त है। *अगर यह स्मृति में रख कर्म करते हैं तो सहज स्मृति नहीं हुई? निरन्तर योगी नहीं हुए?* फिर कभी हंसी में नीचे आयेंगे भी तो ऐसे अनुभव करेंगे जैसे हूबहू स्टेज पर कोई ऐक्टर होते हैं तो समझते हैं कि लोक-कल्याण अर्थ हंसी का पार्ट बजाया। फिर अपनी स्टेज पर तो बिल्कुल ऐसे अनुभव होगा जैसे अभी-अभी यह पार्ट बजाया, अब दूसरा पार्ट बजाता हूँ। *खेल महसूस होगा। साक्षी हो जैसे पार्ट बजा रहे हैं। तो सहज योगी हुए ना?*

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 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 को याद कर, नालेज को धारण कर दूसरों की सेवा करना"*

➳ ➳ मैं आत्मा पहाडी पर बैठकर मधबन की हसीन वादियों को निहारते

हुए आनंद ले रही हूँ... प्यारे बाबा भी मेरे सामने आकर बैठ जाते हैं... मैं आत्मा इन हसीन वादियों को छोड़ प्यारे बापदादा का हसीन चेहरा मंत्रमुग्ध होकर देखने लगती हूँ... बाबा के रूहानी नैनों से, मस्तक से ज्ञान, गुण, शक्तियों की किरणें निकलकर मुझ पर पड़ रही हैं... *मैं आत्मा बाबा की याद में खोते हुए त्रिकालदर्शी, नालेजफुल बनकर बाबा के ज्ञान को धारण कर रही हूँ...*

❊ *प्यारे जादूगर बाबा ईश्वरीय ज्ञान का जादू चलाते हुए कहते हैं:-* "मेरे लाडले बच्चे... बाप समान होकर वो जादूगर बनते हो की मात्र योग बल से दुखो को अथाह सुखो में बदल देते हो... *हर संकल्प साँस को यादो में और रूहानी सेवा में लगा कर विश्व को खुशियो की जन्नत बना देते हो..."*

➳ _ ➳ *मैं आत्मा बाबा के ज्ञानामृत का अमृत पान करते हुए कहती हूँ:-* "हाँ मेरे मीठे बाबा मै आत्मा रूहानी सेवाधारी बन गई हूँ... आपकी मीठी यादो में डूबकर गुणवान शक्तिवान हो गई हूँ.... *और दुखो भरी दुनिया को सुखो में बदल पाने में सक्षम हो गई हूँ..."*

❊ *प्यारे बाबा नवीन उत्साह और उमंग की लहरों को फैलाते हुए कहते हैं:-* "मीठे प्यारे फूल बच्चे... यादो की बरसात में भीगकर सुनहरे देवताई स्वरूप में सज जाते हो... अनन्त खुशियां सुख बाँहो में भर पाते हो... *पूरी दुनिया की कायापलट कर सुखो की सुगन्ध से महकाते हो...* और सेवा में जुटकर सबके तन मन हर्षित कर आते हो..."

➳ _ ➳ *मैं आत्मा श्वांसो श्वांस बाबा की यादों में डुबोते हुए कहती हूँ:-* "मेरे प्राणप्रिय बाबा... मै आत्मा समय रहते अपनी सांसो को पिता की यादो में भर पायी... यह कितनी बड़ी जागीर है जो मेरे पुण्यो से मिली है... *और यही जागीर पूरे विश्व की झोली में डालने को आतुर हूँ..."*

❊ *मेरे बाबा अपने संग के रंग में मुझे रंगते हुए कहते हैं:-* "प्यारे सिकीलधे मीठे बच्चे अपने जैसा सुंदर जीवन विश्व के सारे बच्चों का भी बनाओ... उनके घर आँगन भी खशियो संग खिलाओ... *सबके तपते हुए मनो को राहत दे

आओ.... इस दुःख भरी दुनिया को सुखो का हँसता मुस्कराता स्वर्ग बनाओ..."*

➳ _ ➳ *मैं आत्मा चारों ओर खुशहाली फैलाते हुए कहती हूँ:-* "हाँ मेरे मीठे बाबा... मै आत्मा सबके चेहरों को सुंदर मुस्कान से खिला कर खुशनुमा बना रही हूँ... *सच्चे सुखो का रास्ता हर दिल को बता रही हूँ... पूरा विश्व महक रहा है ऐसी रूहानी सेवा की लहर फैला रही हूँ..."*

———————————————

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

✺ *"ड्रिल :- याद में बैठने समय कोई भी मित्र सम्बन्धी, खान - पान आदि याद ना आये, इसका अटेंशन रखना है*"

➳ _ ➳ देह, देह के सम्बन्धो और सभी दुनियावी बातों से अपने मन बुद्धि को हटा कर, केवल अपने शिव बाबा की याद में बैठ मैं अपने मन बुद्धि को एकाग्र करती हूँ अपने शिव पिता परमात्मा पर। *ज्ञान के दिव्य चक्षुओं से मैं देख रही हूँ अपने शिव पिता परमात्मा को उनके निराकारी घर शांति धाम, निर्वाण धाम में*। साकारी दुनिया मे होते हुए भी मेरी बुद्धि की तार परमधाम में मेरे शिव पिता के साथ जुड़ी हुई है। *मैं स्पष्ट अनुभव कर रही हूँ उस परमधाम घर से आती सर्वशक्तियों को जो मेरे शिव पिता से सीधी मुझ आत्मा पर पड़ रही हैं और मुझे विदेही स्थिति में स्थित कर रही हैं*।

➳ _ ➳ विनाशी देह और देह की दुनिया का कोई भी संकल्प अब मेरे मन में उतपन्न नही हो रहा, मुझे केवल मेरा निराकारी घर शांति धाम और शान्तिधाम में विराजमान मेरे शिव पिता ही दिखाई दे रहें है। *सर्वशक्तियों की रंग बिरंगी किरणे चारों और बिखेरता हुआ उनका सुन्दर सलोना स्वरूप मुझे अपनी ओर आकर्षित कर रहा है*। ऐसा लग रहा है जैसे अपनी सर्वशक्तियों की किरणे रूपी बाहें फैला कर वो मझे अपने पास बला रहें हैं। *अपने शिव पिता

की किरणों रूपी बाहों के झूले में बैठ अब मैं आत्मा सजनी अपने शिव पिया के पास निर्वाण धाम जा रही हूँ*। बाबा की बाहों में झूलते, गहन आनन्द की अनुभूति करते, धीरे - धीरे मैं साकार लोक को पार कर जाती हूँ।

➳ _ ➳ प्रकृति के पांचों तत्वों से दूर, सूक्ष्म लोक को पार कर अब मैं पहुँच गई हूँ अपनी मंजिल, अपने घर निर्वाण धाम में अपने शिव पिता के पास। *वाणी से परें अपने इस शान्तिधाम घर मे पहुंचते ही मैं अथाह शांति का अनुभव कर रही हूँ। अपने शिव पिता परमात्मा को अपने बिल्कुल सामने देख रही हूँ*। इतने समीप से उन्हें देखने और उन्हें महसूस करने का अनुभव बहुत ही सुंदर और निराला है। ऐसा लग रहा है जैसे सुख, शांति, आनन्द की मीठी - मीठी लहरें बार - बार मुझे छू रही हैं और मुझे असीम सुख, शांति और आनन्द से भरपूर कर रही हैं। *सुख, शांति और आनन्द का यह निराला अनुभव मुझे मेरे शिव पिता के और समीप ले कर जा रहा है*।

➳ _ ➳ मैं आत्मा धीरे - धीरे आगे बढ़ते हुए अब उनके बिल्कुल पास पहुँच गई हूँ। ऐसा लग रहा है जैसे बाबा और मैं एक हो गए हैं। *महाज्योति शिव बाबा के साथ टच मैं ज्योति बिंदु आत्मा उनके सानिध्य में गहन सुख की अनुभूति कर रही हूँ। उनसे निकल रही शक्तियों की शीतल फुहारें मेरे मन को तृप्त कर रही हैं*। मेरे शिव पिता का पावन प्यार उनकी अनन्त किरणों के रूप में मुझ पर बरस रहा है। प्यार के सागर अपने प्यारे मीठे बाबा के प्यार में मैं आत्मा गहराई तक समाती जा रही हूं। ऐसे निस्वार्थ प्यार को पा कर मैं धन्य - धन्य हो गई हूँ। *मेरे ऊपर बरसता हुआ बाबा का अथाह प्यार मुझे अतीन्द्रिय सुख के झूले में झुला रहा है*।

➳ _ ➳ अतीन्द्रिय सुख की अनुभति के साथ - साथ बाबा से आ रही शक्तिशाली किरणे अब योग अग्नि बन कर मुझ आत्मा द्वारा किए हुए जन्म जन्मांतर के विकर्मों को दग्ध कर रही हैं। विकारों की कट जैसे-जैसे मुझ आत्मा के ऊपर से उतरती जा रही है मैं स्वयं को बहुत ही हल्का अनुभव कर रही हूँ। मेरा स्वरूप चमकदार बनता जा रहा है। विकारों की कट उतरने से मैं आत्मा रीयल गोल्ड बन गई हूँ। हल्की होकर रीयल गोल्ड बनकर मैं आत्मा अब वापिस साकारी दुनिया की ओर आ रही हूँ। अपनी अद्भुत छटा चारों ओर बिखेरती हई मैं वापिस देह और देह की परानी दनिया में पहँच कर. अपने

साकारी तन में प्रवेश कर भृकुटि सिंहासन पर विराजमान हो जाती हूँ।

➳ _ ➳ अब मैं अपने ब्राह्मण स्वरूप में स्वयं को देख रही हूँ। *मेरा यह ब्राह्मण जीवन केवल मेरे शिव पिता परमात्मा की देन है, इसलिए उनकी याद में बैठने समय कोई भी मित्र सम्बन्धी, खान - पान आदि याद ना आये, इसका विशेष अटेंशन रखते हुए अपने इस ब्राह्मण जीवन को अब मैं श्वांसों श्वांस केवल अपने शिव बाबा की याद में रह कर सफल कर रही हूँ*।

———————————————————

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

✺ *मैं नोलेजफुल बन व्यर्थ को समझने, मिटाने और परिवर्तन करने वाली आत्मा हूँ।*
✺ *मैं नेचरल योगी 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 सदा व्यर्थ से बेपरवाह हूँ ।*
✺ *मैं आत्मा सदैव मर्यादाओं में रहती हूँ ।*
✺ *मैं मर्यादा पुरुषोत्तम आत्मा 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 :-

➳ _ ➳ *आज बापदादा ने जमा का खाता देखा इसलिए आज विशेष अटेन्शन दिला रहे हैं कि समय की समाप्ति अचानक होनी है। यह नहीं सोचो कि मालूम तो पड़ता रहेगा, समय पर ठीक हो जायेंगे।* जो समय का आधार लेता है, समय ठीक कर देगा, या समय पर हो जायेगा.... उनका टीचर कौन? समय या स्वयं परम-आत्मा? *परम-आत्मा से सम्पन्न नहीं बन सके और समय सम्पन्न बनायेगा, तो इसको क्या कहेंगे? समय आपका मास्टर है या परमात्मा आपका शिक्षक है?* तो ड्रामा अनुसार अगर समय आपको सिखायेगा या समय के आधार पर परिवर्तन होगा तो बापदादा जानते हैं कि प्रालब्ध भी समय पर मिलेगी क्योंकि समय टीचर है। *समय आपका इन्तजार कर रहा है, आप समय का इन्तजार नहीं करो। वह रचना है, आप मास्टर रचता हो। तो रचता का इन्तजार रचना करे, आप मास्टर रचता समय का इन्तजार नहीं करो।*

✺ *ड्रिल :- "समय का इन्तजार न कर सम्पन्न बनने का अनुभव"*

➳ _ ➳ *मैं मास्टर रचयिता आत्मा हूँ... मैं सर्व शक्तियों से सम्पन्न आत्मा हूँ...* मेरे परम पिता परमात्मा ने मुझ आत्मा को ज्ञान दिया है कि... *समय आपकी रचना है... घड़ी के काँटे आप हो... आप ही रचयिता हो...* मैं आत्मा इस ज्ञान को धारण कर... पवित्र बन... कलयुगी समय को... सतयुगी समय में परिवर्तित कर रही हूँ... *मुझ आत्मा के पावन बनने से... पवित्र बनने से... सारा वायुमंडल... और सारी प्रकृति... पवित्र बन रही है... और सारा समय परिवर्तित हो रहा है...*

➳ ➳ *बाबा ने बताया है... समय से पहले सम्पर्ण बनो... समय के बाद

में सम्पूर्ण बने तो वह समय की महिमा होगी... आपकी नहीं...* मैं आत्मा बाबा के इन महावाक्यों को धारण कर... श्रेष्ठ और तीव्र पुरुषार्थ कर रही हूँ... *मैं आत्मा समय से पहले सम्पूर्ण बन गयी हूँ... जिससे सारे कल्प में मुझ आत्मा का महत्व रहता है... मुझ आत्मा की महिमा होती है...* क्यूँकि मैं आत्मा समय को परिवर्तित करने में... बापदादा की मददगार बनी हूँ... जैसे बाप की महिमा वैसे ही बच्चे की महिमा...

➳ _ ➳ मुझ आत्मा का बाबा ने जमा का खाता देखा... और *बाबा ने मुझ आत्मा को विशेष अटेन्शन दिलाया... कि समय की समाप्ति अचानक होनी है...* मुझ आत्मा को समझ आ गया है कि... *अभी कमी रखने का समय बीत चुका है...* मैं आत्मा तीव्र पुरुषार्थ कर... समय से फास्ट निकल रही हूँ... और समय को नजदीक ला रही हूँ... मैं आत्मा समय को अपने अनुसार परिवर्तित कर रही हूँ... समय के परिवर्तित होने का इंतजार नहीं करती हूँ... *जो आत्मा समय का आधार लेती है... या सोचते हैं कि समय ठीक कर देगा... या समय पर हो जायेगा... उनका टीचर समय होता है... वो आत्मा फिर रचना बन जाती है... समय उनका रचयिता बन जाता है...* मैं आत्मा जानती हूँ कि... महिमा रचयिता की होती है... रचना की नहीं... इसलिए मैं आत्मा स्वयं परमात्मा से सम्पन्न बनती हूँ... समय मुझ आत्मा का मास्टर नहीं है... समय मुझ आत्मा का शिक्षक नहीं है... स्वयं परमात्मा मुझ आत्मा का शिक्षक है...

➳ _ ➳ *अगर ड्रामा अनुसार समय मुझ आत्मा को सिखाता है... या समय के आधार पर मुझ आत्मा का परिवर्तन होता है... तो प्रालब्ध भी समय पर मिलेगी... क्योंकि समय टीचर है...* बाबा ने मुझ आत्मा को बताया है कि... आप समय के रचयिता हो... *समय आप विश्व परिवर्तक आत्माओं का इन्तजार कर रहा है... आप समय का इन्तजार नहीं करो... समय रचना है... आप आत्मा मास्टर रचता हो... तो रचता का इन्तजार रचना करती है...* आप मास्टर रचता समय का इन्तजार नहीं करो... मैं आत्मा बाबा के दिए... इस ज्ञान को हमेशा बुद्धि में रखती हूँ... और समय और प्रकृति को अपने अनुसार... परिवर्तित करती हूँ...

⊙_⊙ 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 ♔