# ❍ 24 / 01 / 22 की मुरली से चार्ट ❍

## ⇛ TOTAL MARKS:- 100 ⇚

∬ 1 ∬ होमवर्क (Marks: 5*4=20)

➢➢ *सर्विस का बहुत शौंक रखा ?*

➢➢ *कर्म करते हुए न्यारी और प्यारे अवस्था में रहे ?*

➢➢ *सर्व प्राप्तियों से संपन्न स्थिति का अनुभव किया ?*

➢➢ *स्नेह के सागर में समाये रहे ?*

────────────────────────

⊹˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

☆ *अव्यक्त पालना का रिटर्न* ☆

❂ *तपस्वी जीवन* ❂

⊹˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

〰✧ *मन्सा सेवा करने के लिए सदा एकाग्रता का अभ्यास चाहिए। इसके लिए व्यर्थ समात हो, सर्व शक्तियों का अनुभव जीवन का अंग बन जाये।* जैसे बाप परफेक्ट है ऐसे बच्चे भी बाप समान हों, कोई डिफेक्ट न हो।

⊹˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 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 अतीन्द्रिय सुख में रहने वाला सर्व प्राप्ति स्वरूप हूँ"*

〰✧ सदा अपने को सर्व प्राप्ति स्वरूप अनुभव करते हो? *प्राप्ति स्वरूप अर्थात् अतीन्द्रिय सुख के झूले में झूलने वाले। सदा एक बाप दूसरा न कोई....ऐसे साथ का अनुभव करेंगे।* जब बाप सर्व सम्बन्धों से अपना बन गया तो सदा बाप का साथ चाहिए ना! कितनी भी बड़ी परिस्थिति हो, पहाड़ हो लेकिन बाप के साथ-साथ ऊपर उड़ते रहो तो कभी भी रुकेंगे नहीं।

〰✧ जैसे प्लेन को पहाड़ नहीं रोक सकते, पहाड़ पर चढ़ने वालों को बहुत मेहनत करनी पड़ती लेकिन उड़ने वाले उसे सहज ही पार कर लेते। *तो कैसी भी बड़ी परिस्थिति हो, बाप के साथ उड़ते रहो तो सेकण्ड में पार हो जायेगी। कभी भी झूले से नीचे नहीं आओ, नहीं तो मैले हो जायेंगे। मैले फिर बाप से कैसे मिल सकते!* बहुत काल अलग रहे अभी मेला हुआ तो मनाने वाले मैले कैसे होंगे।

〰✧ बापदादा हरेक बच्चे को कुल का दीपक, नम्बरवन बच्चा देखना चाहते हैं। अगर बार-बार मैले होंगे तो स्वच्छ होने में कितना टाइम वेस्ट होगा? इसलिए सदा मेले में रहो। मिट्टी में पांव क्यों रखते हो! इतने श्रेष्ठ बाप के बच्चे और मैले, तो कौन मानेगा कि यह उस ऊँचे बाप के बच्चे हैं! इसलिए बीती सो बीती। *जो दूसरे सेकण्ड बीता वह समाप्त। कोई भी प्रकार की उलझन में नहीं आओ। स्वचिन्तन करो. परचिन्तन न सनो. न करो. यही मैला करता

है। अभी से क्वेश्चन-मार्क समाप्त कर बिन्दी लगा दो। बिन्दी बन बिन्दी बाप के साथ उड़ जाओ।*

⋆｡˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 3 ∬ स्वमान का अभ्यास (Marks:- 10)

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

⋆｡˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

———————————————————

⋆｡˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

❂ *रूहानी ड्रिल प्रति* ❂

☆ *अव्यक्त बापदादा की प्रेरणाएं* ☆

⋆｡˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

〰✧ चेक करो जैसे स्थूल साधनों के लिए बताते हैं कि भूकम्प आवे तो यह करना, तूफान आवे तो यह करना, आग लगे तो यह करना, वैसे *आप श्रेष्ठ आत्माओं के पास जो साधन हैं - सर्वशक्तियाँ योग का बल, स्नेह का चुम्बक, यह सब साधन समय के लिए तैयार है? सर्व शक्तियाँ हैं?*

〰✧ किसको शान्ति की शक्ति चाहिए लेकिन आप और कोई शक्ति दे दो तो वह सन्तुष्ट होगी? जैसे किसको पानी चाहिए और आप उसको 36 प्रकार के भोजन दे दो तो क्या वह सन्तुष्ट होगा? तो *एवररेडी बनना सिर्फ अपने अशरीरी बनने के लिए नहीं।* वह तो बनना ही है।

〰✧ *लेकिन जो साधन स्वराज्य आधिकार से प्राप्त हुए हैं, परमात्म वर्से में मिले हैं वह सब अधिकार एवररेडी हैं?* ऐसे तो नहीं जैसे समाचारों में सुनते हो कि मशीनरी इस समय चाहिए वह फारेन से आने के बाद कार्य में लगाया गया। तो साधन एवररेडी नहीं रहे ना! सर्व साधन समय पर कार्य में नहीं लगा सके। कितना नुकसान हो गया!

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

∬ 4 ∬ रूहानी ड्रिल (Marks:- 10)

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

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

———————————————

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

❂ *अशरीरी स्थिति प्रति* ❂

☆ *अव्यक्त बापदादा के इशारे* ☆

✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚ ••☆••✧˚ ˚

〰✧ *वैसे ही निर्णय शक्ति को बढ़ाने लिए मुख्य खुराक यही है, जो पहले भी सुनाया अशरीरी, निराकारी और कर्म में न्यारे। निराकारी व अशरीरी अवस्था तो हुई बुद्धि तक, लेकिन कर्म से न्यारा भी रहे और निराला भी रहे, जो हर कर्म को देखकर के लोग भी समझे कि यह तो निराला हैं।* यह लौकिक नहीं, अलौकिक है। तो निर्णय शक्ति को बढ़ाने के लिए बहुत अवश्यक 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 :- देही-अभिमानी बनने की आदत डालना*

➳ _ ➳ मै आत्मा कभी अपने शरीर भान में उलझे अतीत को देखती हूँ... तो सोचती हूँ, मीठे बाबा ने किस दलदल में से मुझे निकाल कर... कितनी खुबसूरत सुख भरी राहो पर ला दिया है... आज ईश्वरीय यादो में और ज्ञान रत्नों की खनक में गूंजता हुआ जीवन... कितना प्यारा प्यारा सा है... और मै आत्मा *अपने प्यारे बाबा की प्यारी यादो में खोकर... दिल से शुक्रिया करने*... मीठे वतन में उड़ चलती हूँ...

❉ *मीठे बाबा ने मुझ आत्मा को अपने सत्य रूप के अहसासो में डुबोते हुए कहा :-* "मीठे प्यारे फूल बच्चे... *देह के भान से निकल कर देही अभिमानी बनने की हरपल प्रेक्टिस करो.*.. मै आत्मा हूँ... हर समय इस सत्य को यादो में भरो... और अब मुझे अपने मीठे बाबा संग घर को जाना है... यह बार बार स्म्रति में लाओ... देह के आवरण से अब अछूते बन, आत्मिक भाव में आओ..."

➳ _ ➳ *मै आत्मा अपने प्यारे बाबा को बड़ी ही प्यार भरी नजरो से देखते हुए कहती हूँ :-* "मीठे दुलारे मेरे बाबा... खुद को देह मानकर मै आत्मा कितने दुखो से भरी थी... *आपने मुझे मेरा सच आत्मा बताकर कितना सुकून दे दिया है..*. हर पल मै आत्मा अपने भान में खोयी हुई मुस्करा रही हूँ...और देही अभिमानी बनती जा रही हूँ...

❉ *प्यारे बाबा ने मुझ आत्मा को अलौकिकता से सजाते हुए कहा :-* "मीठे लाडले बच्चे... जब घर से निकले थे, चमकती मणि स्वरूप थे... अपने उस सत्य के नशे में पुनः खो जाओ... देह को छोड़ देहि अभिमानी बन मुस्कराओ... हर क्षण अपने आत्मिक भान में रहो... *बार बार यही अभ्यास करो और पिता का हाथ पकड़ कर घर चलने की तैयारी में जुट जाओ.*.."

➳ _ ➳ *मै आत्मा अपने सच्चे साथी बाबा से कहती हूँ :-* "मीठे प्यारे बाबा... आपने मझे अपना बनाकर असीम खशियो को मेरे दामन में सजा दिया

है... मेरा जीवन सत्य की चमक से प्रकाशित हो गया है... *मै आत्मा अपने नूरानी नशे में खोयी हुई घर चलने को अब आमादा हूँ.*.."

❇ *मीठे बाबा ने मुझ आत्मा को सत्य के प्रकाश से रौशन करते हुए कहा :-* "मीठे सिकीलधे बच्चे... ईश्वर पिता को पाकर जो अपने खोये वजूद को पा लिया है उसकी सत्यता में हर साँस डूबे रहो... *देह के आकर्षण से बाहर निकल अपने चमकते स्वरूप में गहरे खोकर आत्मिक तरंगे सदा फैलाओ.*.. अपने मीठे बाबा संग घर चलने की तैयारी कर पुनः देवताई कुल में आओ..."

➳ _ ➳ *मै आत्मा प्यारे बाबा से अनगिनत रत्नों को बटोर कर कहती हूँ :-* "मीठे प्यारे बाबा मेरे...आपने मुझे मेरे सत्य का पता देकर मुझे कितना हल्का प्यारा और निश्चिन्त कर दिया है... *मै आत्मा हूँ देह नही इस खुबसूरत सच ने मुझे खुशियो से भर दिया है.*..और मै आत्मा अब ख़ुशी ख़ुशी घर चलने की तैयारी में हूँ..."अपने मीठे बाबा से मीठा वादा करके मै आत्मा कर्म जगत पर आ गयी...

———————————————

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

✺ *"ड्रिल :- बाप समान पतित से पावन बनाने की सेवा करनी है*"

➳ _ ➳ ज्ञान सागर में डुबकी लगाकर, ज्ञान गंगा बन ज्ञान के शीतल जल से पतितों को पावन बनाने की सेवा करने के लिए मैं ज्ञान के सागर, *पतित पावन अपने शिव पिता परमात्मा की याद में अपने मन बुद्धि को एकाग्र करती हूँ और अंतर्मुखता की एक ऐसी यात्रा पर चल पड़ती हूँ जो मुझे सीधी ज्ञान सागर मेरे प्यारे पिता के पास ले जायेगी*। अंतर्मुखता की इस अति सुन्दर लुभावनी यात्रा पर अनेक सुन्दर अनुभवों की खान अपने साथ लेकर मैं इस यात्रा का आनन्द लेते हुए देह के आकर्षण से स्वयं को मुक्त कर विदेही बन अब नश्वर देह से बाहर निकलती हूँ और ऊपर की ओर चल पडती हूँ।

➳ _ ➳ अपने अति सुंदर, उज्ज्वल स्वरूप में, दिव्य गुणों की महक चारों और फैलाते हुए, ज्ञान सागर अपने शिव पिता से मिलने की लगन में मगन मैं आत्मा ज्ञान और योग के सुंदर पंख लगा कर, उस रास्ते पर उड़ती जा रही हूँ जो मेरे स्वीट साइलेन्स होम को जाता है। *आनन्द से भरपूर, ज्ञान की रूहानी अलौकिक मस्ती में डूबी मैं आत्मा पंछी समस्त पृथ्वी लोक का चक्कर लगा कर, नीले गगन को पार करते हुए, फ़रिशतो की दुनिया से भी परें, अपने स्वीट साइलेन्स होम में प्रवेश करती हूँ*।

➳ _ ➳ गहन शांति की यह दुनिया जहाँ अशांत करने वाली कोई बात नही, ऐसे अपने शांतिधाम घर मे पहुंच कर, गहन शांति का अनुभव करते - करते मैं आत्मा अपने बुद्धि रूपी बर्तन को ज्ञान से भरपूर करने के लिए अब अपने ज्ञान सागर बाबा की सर्वशक्तियों की किरणों की छत्रछाया के नीचे जाकर बैठ जाती हूँ। *अनन्त रंग बिरंगी किरणों के रूप में ज्ञान सागर मेरे शिव पिता के ज्ञान की वर्षा मुझ पर हो रही है। ऐसा लग रहा है जैसे बाबा ज्ञान की शक्तिशाली किरणे मुझ आत्मा में प्रवाहित कर मुझे आप समान मास्टर ज्ञान का सागर बना रहे हैं*। ज्ञान रत्नों से मैं भरपूर होती जा रही हूँ।

➳ _ ➳ अपनी बुद्धि रूपी झोली में ज्ञान का अखुट भण्डार जमा कर, ज्ञान गंगा बन पतितों को पावन बनाने की सेवा करने के लिए अब मैं परमधाम से नीचे आती हूँ और अपने फ़रिश्ता स्वरूप को धारण कर विश्व ग्लोब पर बैठ बापदादा का आह्वान करती हूँ। *बापदादा की छत्रछाया को अपने ऊपर अनुभव करते हुए, बापदादा के साथ कम्बाइन्ड होकर अब ज्ञान सागर अपने शिव पिता से ज्ञान की अनन्त किरणों को स्वयं में भरकर, फिर उन्हें चारों और फैला रही हूँ*। मुझ ज्ञान गंगा से निकल रही ज्ञानअमृत की शीतल धारायें मुझ से निकल कर विश्व की सर्व आत्माओं के ऊपर पड़ रही है और उन्हें विकारों की तपन से मुक्त कर, गहन शीतलता का अनुभव करवा रही है।

➳ _ ➳ विश्व की सर्व आत्माओं पर ज्ञान वर्षा करके, मैं अपने ब्राह्मण स्वरूप में स्थित होती हूँ और ज्ञान गंगा बन सबको यह सच्चा ज्ञान देकर उन्हें पावन बनाने की सेवा के लिए चल पडती हूँ। *मरली के माध्यम से बाबा जो

अविनाशी ज्ञान रत्न हर रोज मुझे देते हैं उन अविनाशी ज्ञान रत्नों से अपनी बुद्धि रूपी झोली को भरकर, उन्हें कण्ठ कर, सबको उन ज्ञान रत्नों का मैं दान करती रहती हूँ*। अपने सम्बन्ध सम्पर्क में आने वाली हर आत्मा को इस सत्य ज्ञान रूपी गंगा जल से पावन बनाने की सेवा करते हुए, सबको ज्ञान सागर उनके शिव पिता से मिलाने की प्रतिज्ञा को पूरा करने के पुरुषार्थ में अब मैं निरन्तर लगी रहती हूँ।

---

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

✺ *मैं कर्म करते हुए न्यारी और प्यारी अवस्था मे रहने वाली आत्मा हूँ।*
✺ *मैं हल्के पन की अनुभूति करने वाली कर्मातीत 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 सर्व प्राप्तियों से सदा सम्पन्न रहती हूँ ।*
✺ *मैं आत्मा सदा हर्षित और सदा सुखी हूँ ।*
✺ *मैं खुशनसीब 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 :-

➳ _ ➳ *आप ब्राह्मणों के एक श्रेष्ठ संकल्प में, शुभ संकल्प में इतनी शक्ति है जो आत्माओं को बहुत सहयोग दे सकते हो। संकल्प शक्ति का महत्व अभी और जितना चाहो उतना बढ़ा सकते हो।* जब साइंस का साधन रॉकेट, दूर बैठे जहाँ चाहे, जब चाहे, जिस स्थान पर पहुँचाने चाहे, एक सेकण्ड में पहुँचा सकते हैं। आपके शुभ श्रेष्ठ संकल्प के आगे यह रॉकेट क्या है! रिफाइन विधि से कार्य में लगाके देखो, आपकी विधि से सिद्धि बहुत श्रेष्ठ है। लेकिन *अभी अन्तर्मुखता की भट्टी में बैठो। तो इस नये वर्ष में अपने आप सर्व खजानों की बचत की स्कीम बनाओ। जमा का खाता बढ़ाओ। सारे दिन में स्वयं ही अपने प्रति अन्तर्मुखता की भट्टी के लिए समय फिक्स करो। आपे ही आप कर सकते हो, दूसरा नहीं कर सकता है।*

✺ *ड्रिल :- "ब्राह्मण आत्माओं के श्रेष्ठ संकल्प की शक्ति का अनुभव"*

➳ _ ➳ *मैं आत्मा भृकुटी सिंहासन में विराजमान एकांत बैठी हूँ... मैं मन-बुद्धि द्वारा एक समुद्र के किनारे पहुँचती हूँ...* वहाँ मन को लुभाने वाली ठंडी-ठंडी हवायें चल रही हैं... समुद्र की लहरे तेज़ी से बढ़ रही है... वहाँ एक द्वीप पर छोटी-छोटी रंग-बिरंगी सीपियाँ पड़ी हुई हैं... उसी के पास एक सुनहरे रंग का चिराग रखा हुआ हैं जिसमें मैं आत्मा रूपी जादुई जिन बैठी हुई हूँ...

➳ _ ➳ बाबा ऊपर बैठे यह सब नज़ारे देख रहे हैं... *बाबा चिराग के अंदर शांति, पवित्रता, प्रेम, सुख, शक्ति, आनंद और ज्ञान की किरणें डाल रहे हैं... मैं चिराग में बैठी हुई आत्मा रूपी जिन पॉवरफुल होती जा रही हूँ...* मुझमें बाबा ने रूहानी पॉवर भरदी हैं... मैं तेज़ी से उस चिराग से बाहर निकलती हूँ... मेरे सामने बहुत-सी दुःखी आत्मायें खड़ी हैं... वह मुझसे तीन ख्वाहिशें माँग रही है... पहली-शुभभावना, दूसरी- सकारात्मक सोच और तीसरी- दुःखों से दूर करना... मैं यह तीनों ख्वाहिशें पर्ण कर रही हूँ...

➳ _ ➳ मैं संकल्प शक्ति द्वारा सर्व आत्माओं के दुःखों को जान पा रही हूँ और जिन सम्बन्धों में कड़वाहट हैं वो संकल्प शक्ति द्वारा सही होते जा रहे है... *मैं परमात्म पालन में सर्व प्राप्तियों का अनुभव कर रही हूँ... मुझे सर्व खजानों की मालिकपन की अनुभूति हो रही हैं... मैं अपने श्रेष्ठ संकल्पों और श्रेष्ठ समय को यूज़ करके स्व और सर्व का कल्याण कर रही हूँ...*

➳ _ ➳ अब मैं क्यों, कैसे, क्या जैसे प्रश्नों में नहीं आती हूँ... अब मैं अपने को बिंदू स्थिति में स्थित करके सारी परिस्थितियों को बिंदी लगाती जाती हूँ... *मैं याद की शक्ति द्वारा अपनी संकल्प शक्ति को बढ़ाती जा रही हूँ... बाबा ने सर्व अधिकार देकर सर्व खजानों से भरपूर कर दिया... अब मैं बिल्कुल भी व्यर्थ संकल्प नहीं करती हूँ जिससे कि मेरे संकल्पों की बचत हो...* अब हर समय मैं यही चेकिंग करती हूँ कि कही मेरे संकल्प व्यर्थ तो नहीं जा रहे हैं...

➳ _ ➳ अपनी दिनचर्या में मैं नये-नये तरीके ढूंढती हूँ कि कैसे मैं जमा का खाता बढ़ा सकती हूँ... *अमृतवेले और नुमाशाम योग के समय में मैं अन्तर्मुख होकर परमधाम, सूक्ष्मवतन, साकारलोक की सैर करती हूँ... वहाँ की वाइब्रेशन्स से मेरा मन हर्षित हो उठता हैं... सभी के प्रति शुभ संकल्पों का संचार होने लगता हैं...* अब मैं सदा अटेंशन रखती हूँ कि किसी अन्य आत्मा की कमी-कमजोरी मेरे संकल्पों में धारण न हो...

---

⊙_⊙ 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 ♔

---