

○ 26 / 06 / 22 की मुरली से चार्ट ○
⇒ TOTAL MARKS:- 100 ⇐

[[1]] होमवर्क (Marks: 5*4=20)

- >>> *सर्व आत्माओं के प्रति सर्व खजाने यूऽ किये ?*
 - >>> *तपस्या का प्रतक्ष्य फल "खुशी" को अनुभव किया ?*
 - >>> *स्वयं को राज्य अधिकारी अनुभव किया ?*
 - >>> *सर्व जिम्मेवारियाँ बाप को दी ?*

A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of small circles, a single star, and a single sparkle, repeated three times.

☆ *अव्यक्त पालना का रिटर्न* ☆

तपस्वी जीवन

~~*पाप कटेश्वर वा पाप हरनी तब बन सकते हों जब याद ज्वाला स्वरूप होगी। इसी याद द्वारा अनेक आत्माओं की निर्बलता दूर होगी।* इसके लिए हर सेकण्ड, हर श्वास बाप और आप कम्बाइन्ड होकर रहो। कोई भी समय साधारण याद न हो। स्नेह और शक्ति दोनों रूप कम्बाइन्ड हो।

A decorative horizontal pattern consisting of a series of small circles, followed by three solid black dots, a gold star, three solid black dots, and finally two small circles.

॥ 2 ॥ तपस्की जीवन (Marks:- 10)

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

A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of small circles, followed by a large orange star, then three smaller circles, and finally a large orange star with a trail of small sparkles.

☆ *अव्यक्त बापदादा द्वारा दिए गए* ☆



A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of small circles, followed by a large orange star, then two smaller circles, and finally a large orange star with a radiating sparkly effect.

* "मैं सर्व प्राप्ति स्वरूप श्रेष्ठ आत्मा हूँ" *

~~✧ सदा अपने को सर्व प्राप्ति-स्वरूप श्रेष्ठ आत्मा अनुभव करते हो?

*क्योंकि प्राप्ति-स्वरूप ही औरों को सर्व प्राप्ति करा सकता है। देने में लेना

स्वतः ही समाया है। अभी अपने बहन-भाइयों को भिखारी देख रहम तो आता है ना।* जब परमात्म प्राप्तियो के अधिकारी बन गये तो पा लिया-सदा दिल में यही गीत गाते हो? पाना था सो पा लिया। सम्पन्न बन गये। ऐसे सम्पन्न बन गये या विनाश तक बनेंगे?

~~◆ अगर समय सम्पन्न वा सम्पूर्ण बनाये तो रचना पावरफुल हुई या रचता? *तो समय पर नहीं बनना है, समय को समीप लाना है। समय का इन्तजार करने वाले नहीं हो। जब पा लिया तो पाने की खुशी में रहने वाले सदा ही एवररेडी रहते हैं।* कल भी विनाश हो जाये तो तैयार हो? या थोड़ा टाइम चाहिए? एवररेडी, नष्टोमोहा, स्मृति-स्वरूप इसमें पास हो? एवररेडी का अर्थ ही है-नष्टोमोहा स्मृति-स्वरूप। या उस समय याद आयेगा कि पता नहीं बच्चे क्या कर रहे होंगे, कहाँ होंगे, छोटे-छोटे पोत्रों का क्या होगा? यहीं विनाश हो जाये तो याद आयेंगे? पति का भी कल्याण हो जाये, पोत्रे का भी कल्याण हो जाये, उन्होंने को भी यहाँ ले आयें-याद आयेगा? बिजनेस का क्या होगा, पैसे कहाँ जायेंगे? रास्ते टूट जायें फिर क्या करेंगे? देखना, अचानक पेपर होगा।

~~◆ सदा न्यारा और प्यारा रहना-यहीं बाप समान बनना है। जहाँ हैं, जैसे हैं

लेकिन न्यारे हैं। यह न्यारापन बाप के प्यार का अनुभव कराता है। जरा भी अपने में या और किसी में भी लगाव न्यारा बनने नहीं देगा। *न्यारे और प्यारेपन का अभ्यास नम्बर आगे बढ़ायेगा। इसका सहज पुरुषार्थ है निमित्त भाव। निमित्त समझने से 'निमित्त बनाने वाला' याद आता है। मेरा परिवार है, मेरा काम है। नहीं, मैं निमित्त हूँ। निमित्त समझने से पेपर में पास हो जायेंगे।*

A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of small circles, followed by three solid black dots, a large five-pointed star, three more solid black dots, and a four-pointed star, repeated three times.

[[3]] स्वमान का अभ्यास (Marks:- 10)

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

A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of alternating black dots and white stars, followed by a sequence of alternating black dots and white sparkles.

A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of alternating black dots and white stars, separated by thin black lines.

ॐ *रुहानी डिल प्रति* ॐ

☆ *अव्यक्त बापदादा की प्रेरणाएँ* ☆

~~◆ जैसे कल्प पहले का भी गायन है अर्जुन का - साधारण सखा रूप भी देखा लेकिन वास्तविक रूप का साक्षात्कार करने के बाद वर्णन किया कि आप क्या हो! इतना श्रेष्ठ और वह साधारण सखा रूप! इसी रीति आपके भी साक्षात्कार होंगे चलते-फिरते। दिव्य दृष्टि में जाकर देखें वह बात और है। जैसे शुरू में चलते-फिरते देखते रहते थे। यह ध्यान में जाकर देखने की बात नहीं। *जैसे एक साकार बाप का आदि में अनुभव किया वैसे अंत में अभी सबका साक्षात्कार होगा।*

~~♦ यह साधारण रूप गायब हो जावेगा, फरिश्ता रूप या पूज्य रूप देखेंगे। जैसे शुरू में आकारी ब्रह्मा और श्रीकृष्ण का साथ-साथ साक्षात्कार होता था। वैसे अभी भी यह साधारण रूप देखते हए भी दिखाड़ न दे। आपके पञ्च देवी या

देवता रूप या फरिश्ता रूप देखें। *लेकिन यह तब होगा जब आप सबका पुरुषार्थ देखते हुए न देखने का हो - तब ही अनेक आत्माओं को भी आप महान आत्माओं का यह साधारण रूप देखते हुए भी नहीं दिखाई देगा।*

~~◆ आँख खुले-खुले एक सेकण्ड में साक्षात्कार होगा। ऐसी स्टेज बनाने के लिए विशेष अभ्यास बताया कि देखते हुए भी न देखो, सुनते हुए भी न सुनो। *एक ही बात सुनो और एक बिन्दु को ही देखो।* विस्तार को न देख एक सार को देखो। विस्तार को न सुनते हुए सदा सार को ही सुनो। ऐसे जादू की नगरी यह मधुबन बन जावेगा - तो सुना *मधुबन का महत्व अर्थात् मधुबन निवासियों का महत्व।*



[[4]] रुहानी डिल (Marks:- 10)

>>> *इन महावाक्यों को आधार बनाकर रुहानी ड्रिल का अभ्यास किया ?*



~~* अब से अपने महत्व को जान कर्तव्य को जान सदा जागती ज्योति बनकर रहो।* सेकण्ड में स्व-परिवर्तन से विश्व-परिवर्तन कर सकते हो। इसकी प्रैक्टिस करो अभी-अभी कर्मयोगी, अभी-अभी कर्मातीत स्टेज। *जैसे पुरानी दुनिया का दृष्टान्त देते हैं। आपकी रचना कछुआ सेकण्ड में सब अंग समेट लेता है। समेटने की शक्ति रचना में भी है। आप मास्टर रचता समेटने की शक्ति के आधार से सेकेण्ड में सर्व संकल्पों को समाकर एक संकल्प में सेकण्ड में स्थित हो सकते हो।*

A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of small circles, followed by three solid black dots, a large five-pointed star, three more solid black dots, and a four-pointed star, repeated three times.

॥ 5 ॥ अशरीरी स्थिति (Marks:- 10)

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

A decorative horizontal pattern consisting of a sequence of small white circles, followed by a large brown star, then two smaller brown circles, and finally a large brown star, repeating this sequence three times.

॥ 6 ॥ बाबा से रुहरिहान (Marks:-10) (आज की मुरली के सार पर आधारित...)

* "डिल :- तपस्या का प्रत्यक्ष फल खुशी" *

»» मीठे बाबा की यादो में खोयी... मैं आत्मा अपनी खुशियों के खजाने को गिनने में मशगूल हूँ... और अपनी ईश्वरीय अमीरी को देख देख मुस्करा रही हूँ... कितना प्यारा अनोखी खुशियों 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 खुशियों में ही मुझ पिता की खुशियां समायी है.*..

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

»» *मैं आत्मा प्यारे बाबा के रूप में भगवान् को सम्मुख देख देख पुलकित हूँ और कह रही हूँ :-* "मीठे मीठे बाबा... *ऐसा प्यारा ईश्वरीय साथ भरा जीवन् तो कल्पनाओं में भी कभी न था...*. आज आपको पाने की खशी से

छलक रहा मन... जीवन की सच्चाई है... और मीठे सुख मुझे अपनी बाँहों में पुकार रहे हैं..."

* *प्यारे बाबा मुझे अपनी बाँहों में दुलारते हुए ज्ञान धारा को बहाते हुए बोले :-* "मीठे सिकीलधे बच्चे... जो देवताई सुख कल्पनाओं से परे थे... *ईश्वर पिता उन सुख भरे खजानों को आप बच्चों की राहों में फूलों सा बिखराया है.*.. इस खुशी में सदा झूमते रहो... अपने मीठे सुखों की यादों में खोये रहो..."

» _ » *मै आत्मा मीठे बाबा के वरदानों की छत्रछाया में स्वयं को भरपूर करते हुए बोली :-* "मीठे मीठे बाबा मेरे... दुखों 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 खजानों की मालिक बन गयी हूँ..."

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

» _ » *मै आत्मा प्यारे बाबा को अपनी मुस्कराहट से जवाब देते हुए कहती हूँ :-* "मीठे बाबा सच्चे ज्ञान को पाकर सारी भटकन से छूट गर्या हूँ और *आपकी छत्रछाया में गुणवान शक्तिवान बनकर सच्ची खुशियों में खिलखिला रही हूँ...*. देवताई सुखों भरा स्वर्ग अपनी तकदीर में लिखवा रही हूँ..." अपनी खुशियों की चर्चा मीठे बाबा से कर मै आत्मा कार्य पर लौट आयी..." इन मीठी ईश्वरीय यादों को दिल में समेट कर मै आत्मा अपने जगत में आ गयी...

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

"डिल :- सर्व आत्माओं प्रति सर्व खजाने यूँ ज करना"

»» _ »» अपने संगमयगी ब्राह्मण जीवन की अमूल्य प्राप्तियों को स्मृति में ला कर मैं विचार करती हूँ कि कितनी सौभाग्यशाली हूँ मैं आत्मा। जिस भगवान को आज दिन तक दुनिया ढूँढ रही है। पहाड़ों पर, कन्दराओं में, गुफाओं में ना जाने कहाँ - कहाँ उसे पाने की कोशिश में भटक रही है वो भगवान् मुझे घर बैठे मिल गया। *मेरे तो दिन की शुरुवात ही भगवान के उठाने से होती है, दिन में भी हर कर्म करते वो निरन्तर मेरे साथ रहते हैं और रात को अपनी सुखमय मीठी गोद में सुला कर, मेरी दिन भर की सारी थकान हर लेते हैं*। एकांत में बैठी अपने इस सर्वश्रेष्ठ सौभाग्य को याद करके मैं आनन्दित हो रही हूँ ।

»» _ »» किन्तु तभी एक - एक करके अनेक मुरझाए हुए, निराश, दुख से पीड़ित आत्माओं के चेहरे मेरी आँखों के सामने आने लगते हैं जो मेरे ही सम्बन्ध, सम्पर्क में आने वाली अनेक आत्माओं के चेहरे हैं। उनके मायूस चेहरों को देख कर मन में संकल्प आता है कि इन्हें भी अगर भगवान मिल जाये तो इनके मुरझाए चेहरे भी खिल उठेंगे। जो जीवन इनके लिए बोझ बन चुका है अपने उस जीवन को ये भी आनन्द से जी सकेंगे और *बाबा का फरमान भी है कि मेरे बिछुड़े हुए बच्चों को मुझ से मिलवाना तुम ब्राह्मणों का कर्तव्य है। इस कर्तव्य को पूरा करने के लिए मैं अपना लाइट का फरिशता स्वरूप धारण करती हूँ और ईश्वरीय वरदानों से स्वयं को सम्पन्न बनाने के लिए अव्यक्त बापदादा के अव्यक्त वतन की ओर चल पड़ती हूँ*।

»» _ »» अब मैं फरिशता सूक्ष्म वतन में अव्यक्त बापदादा के सम्मुख हूँ और उनके वरदानी हस्तों से वरदान ले कर स्वयं को भरपूर कर रहा हूँ। अपनी सर्वशक्तियों से, अपनी लाइट माइट से वो मुझे भरपूर कर रहे हैं। उनकी पावन दृष्टि मुझ में असीम बल और शक्ति का संचार कर रही है। *स्वयं को सर्वशक्तियों से भरपूर करके, सर्वशक्ति सपन्न स्वरूप बन कर अब मैं अपने प्यारे मीठे बाबा को अपने सम्बन्ध सम्पर्क में आने वाली सर्व आत्माओं को भी परमात्म पालना का अनुभव कराने का आग्रह करता हूँ*। बाबा मुस्कराते हुए अब उन सभी आत्माओं को वतन में इमर्ज कर देते हैं।

»» मैं देख रहा हूँ अपने सामने उन सभी हताश, निराश आत्माओं को और उन्हें धैर्य दे रहा हूँ कि अब वो भी परमात्म पालना मैं पलने का सुख प्राप्त करके अपने हर दुख और पीड़ा से मुक्त हो जायेंगी। *अब मैं फरिशता उन आत्माओं के बीच मैं बैठ जाता हूँ और अपने सिर के ऊपर प्यारे बापदादा की छत्रछाया को स्पष्ट अनुभव कर रहा हूँ*। बाबा के साथ कनेक्शन जोड़ते ही सर्वशक्तियों का झरना जैसे फुल फोर्स से मुझ फरिशते के ऊपर बरसने लगा है। मैं देख रहा हूँ *बाबा से आ रही ये सर्वशक्तियों की किरणें मुझ फरिशते पर पड़ कर, छोटे छोटे चमकीले सितारों के रूप मैं फिर मुझ से निकल कर उन सभी आत्माओं के ऊपर बरस रही हैं*।

»» मेरे श्वेत प्रकाश की काया से निकलते यह छोटे छोटे चमकीले सितारे ऐसे लग रहे हैं जैसे बाबा मुझ फरिशते को निमित्त बनाकर मेरे द्वारा इन सर्वशक्तियों को अपने सभी बच्चों तक पहुंचा कर उन्हें संपूर्ण पावन और सर्वगुणसंपन्न बना रहे हैं। *मुझ से निकल रही पवित्रता, सुख शांति, शक्ति सम्पन्न किरणे मेरे सामने बैठी इन सभी आत्माओं के चित को छू कर उन्हें पवित्र बना रही हैं*। सुख, शांति का अनुभव करवा रही हैं। मैं देख रहा हूँ सबके मुरझाये हुए चेहरों पर अब एक रौनक आ गई है। परमात्म पालना का अनुभव करके वो सब जैसे तृप्त हो गई हैं।

»» उन सभी आत्माओं को परमात्म प्यार के सुख की अनुभूति करवा कर अब मैं अपने ब्राह्मण स्वरूप मैं लौट रही हूँ। अपने संपर्क मैं आने वाली सभी आत्माओं को अब *मैं परमात्म परिचय दे कर और उन्हें ईश्वरीय अलौकिक स्नेह, शक्ति, गुण और सहयोग की लिफ्ट की गिफ्ट द्वारा उन्हें उनके लंबे काल से बिछुड़े परमात्मा बाप से मिलवाकर उन्हें भी सुख, शांति के वर्से की अधिकारी आत्मा बना रही हूँ*।

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

- *मैं अपने चलन और चेहरे द्वारा भाग्य की लकीर दिखाने वाली आत्मा हूँ।*
- *मैं श्रेष्ठ भाग्यवान 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 अन्तर्मुखी बन लाइट-माइट रूप का अनुभव करती हूँ ।*
- *मैं योगी तू आत्मा हूँ ।*
- *मैं डबल लाइट फरिश्ता 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 :-

»» _ »» *क्वेश्चन उठने का मुख्य कारण है-जानी बने हो लेकिन जान स्वरूप नहीं हो, इसलिए छोटे से विघ्न में व्यर्थ संकल्पों की क्यूँ लग जाती है, और उसी क्यूँ को समाप्त करने में काफी समय लग जाता है।* वातावरण प्रभाव तभी डालता है जब भूल जाते हो कि हम अपनी पाँवरफुल वृत्ति द्वारा वायुमण्डल को परिवर्तन करने वाले हैं।

"ड्रिल :- सिर्फ जानी बनने की बजाये जान स्वरूप बनकर रहना।"

» *सोने के सितारों से जडित नीले आसमान रूपी चादर के नीचे मैं आत्मा सितारा एकांत मैं बैठी हूँ... आसमान में सितारे चमक रहे हैं... नीचे जुगनू चमक रहे हैं... रातरानी के फूलों की खुशबू महक रही है... चाँद अपनी चांदनी से मुझे छूने की कोशिश कर रहा है...* मैं आत्मा चमकते हुए जुगनूओं को देख रही हूँ... स्वयं कितने प्रकाशित हैं ये... अपने लाइट से चारों ओर लाइट फैला रहे हैं... किसी भी प्रकार के विघ्नों की भनक लगते ही ये जुगनू अपनी लाइट का स्विच ऑन कर देते हैं और विघ्नों से सेफ रहते हैं...

» इन जुगनूओं को देख मैं आत्मा चिंतन करती हूँ कि... मैं आत्मा भी तो एक चमकता हुआ सितारा हूँ... मेरा असली स्वरूप तो ज्योतिबिंदु स्वरूप है... *मैं आत्मा अपने स्व-स्वरूप मैं टिककर अपने इस स्थूल देह को त्याग लाइट का शरीर धारण कर जुगनूओं के संग उड़ती जा रही हूँ... जुगनूओं को अलविदा कहती मैं आत्मा और ऊपर उड़ती जा रही हूँ...* चाँद, सितारों के पास पहुँच जाती हूँ... उनसे मिलकर उनको अलविदा कहती हुई और ऊपर की ओर उड़ रही हूँ... और पहुँच जाती हूँ अपने मूलवतन अपने प्यारे बाबा के पास...

» चारों ओर शांति ही शांति है, लग रहा जैसे सितारों की महफिल जमी हो... *मैं आत्मा बिंदु बाबा के सामने बिंदु बन बैठ जाती हूँ... बाबा से सर्वशक्तियों की किरणों को अपने मैं समा रही हूँ... सभी संकल्प, विकल्पों से पूरी तरह से मुक्त अवस्था का अनुभव कर रही हूँ...* फिर मैं आत्मा बिंदु बाबा के साथ-साथ नीचे सूक्ष्म वतन में आती हूँ... जहाँ ब्रह्मा बाबा बैठे हुए इन्तजार कर रहे हैं... बिंदु बाबा ब्रह्मा बाबा के मस्तक पर विराजमान हो जाते हैं...

» बापदादा मुझे आदि-मध्य-अंत का ज्ञान दे रहे हैं... *बाबा कहते हैं:- बच्चे- तुम ही वो पूर्वज आत्मा हो, आधारमूर्त, उद्धारमूर्त आत्मा हो... इस कल्पवृक्ष की जड़ें हो, तना हो... आदि से अंत तक 84 जन्मों का विशेष पार्ट बजाने वाली विशेष आत्मा हो... इस जड़जड़ीभूत वृक्ष को तुम्हें ही अपने गुण, शक्तियों से सींचना है...* फिर से हरा-भरा करना है... दखी. अशांत आत्माओं को

शक्ति स्वरूप बन शक्तियों की अंचली देना है... सबके दुःख दूर कर मुक्ति-जीवनमुक्ति के वर्से की अधिकारी बनाना है... तुम्हें स्व परिवर्तन से विश्व परिवर्तन करना है...

»» _ »» बच्चे- तुम्हें इस कार्य में बाबा का लाइट हैण्ड बनना है... इस कार्य में माया के भी कई विघ्न आयेंगे, पर तुम्हें कभी भी छोटे-बड़े विघ्नों से घबराना नहीं है... *विघ्नों के समय क्यों, क्या, कैसे के व्यर्थ संकल्पों की क्यूँ मत लगाओ क्योंकि उस क्यूँ को समाप्त करने में काफी समय लग जाता है... वातावरण का प्रभाव अपने पर नहीं पड़ने दो...* कभी भी यह मत भूलो कि तुम अपनी पाँवरफुल वृत्ति द्वारा वायुमण्डल को परिवर्तन करने वाले हो...

»» _ »» बाबा जान रत्नों, वरदानों से मेरी बुद्धि रूपी झोली भर रहे हैं... मैं आत्मा बाबा के जान को धारण कर जान स्वरूप बन रही हूँ... अब मैं आत्मा एक बाबा की याद में हर कर्म कर रही हूँ... *अब कोई भी विघ्न आये तो मैं आत्मा जुगन् समान अपनी स्मृति के लाइट का स्विच ऑन कर देती हूँ... मैं आत्मा सदा ही अपने स्वमान की सीट पर सेट रहती हूँ... डबल लाइट बन उड़ती रहती हूँ... मैं आत्मा जान स्वरूप बनकर पाँवरफुल वृत्ति द्वारा वायुमण्डल को परिवर्तित कर देती हूँ...*

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

॥ ॐ शांति ॥
