

○ 27 / 06 / 22 की मुरली से चार्ट ○

⇒ TOTAL MARKS:- 100 ⇐

]] 1]] होमवर्क (Marks: 5*4=20)

>>> *सतोप्रधान संन्यास किया ?*

>>> *किसी भी देहधारी को याद तो नहीं किया ?*

>>> *परमात्म श्रीमत के आधार पर हर कदम उठाया ?*

>>> *सम्पूर्ण पवित्र और योगी बन स्नेह का रीटर्न दिया ?*

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

☆ *अव्यक्त पालना का रिटर्न* ☆

☼ *तपस्वी जीवन* ☼

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

~◇ अभी निर्भय ज्वालामुखी बन प्रकृति और आत्माओं के अन्दर जो तमोगुण है उसे भस्म करो। *तपस्या अर्थात् ज्वाला स्वरूप याद, इस याद द्वारा ही माया वा प्रकृति का विकराल रूप शीतल हो जायेगा। आपका तीसरा नेत्र, ज्वालामुखी नेत्र माया को शक्तिहीन कर देगा।*

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

]] 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 खुशनसीब आत्मा हूँ"*

~◇ अपने को सदा खुशनसीब आत्माएं समझते हो? खुशनसीब आत्माओंकी निशानी क्या होगी? *उनके चेहरे और चलन से सदा खुशी की झलक दिखाई देगी। चाहे कोई भी स्थूल कार्य कर रहे हों, साधारण काम कर रहे हों लेकिन हर कर्म करते खुशी की झलक दिखाई पड़े। इसको कहते हैं निरन्तर खुशी में मन नाचता रहे।* ऐसे सदा रहते हो? या कभी बहुत खुश रहते हो, कभी कम?

~◇ खुशी का खजाना अपना खजाना हो गया। तो अपना खजाना सदा साथ रहेगा ना। या कभी-कभी रहेगा? बाप के खजाने को अपना खजाना बनाया है या भूल जाता है अपना खजाना? अपनी स्थूल चीज तो याद रहती है ना। वह खजाना आंखों से दिखाई देता है लेकिन यह खजाना आंखों से नहीं दिखाई देता, दिल से अनुभव करते हो। तो अनुभव वाली बात कभी भूलती है क्या? तो सदा यह स्मृति में रखो कि हम खुशी के खजाने के मालिक हैं। जितना खजाना याद रहेगा उतना नशा रहेगा। तो यह रूहानी नशा औरों को भी अनुभव करायेगा कि इनके पास कुछ है। *जब ब्राह्मण जीवन के लिए संसार ही एक बाप है, तो संसार के सिवाए और क्या याद आयेगा। सदा दिल में अपने श्रेष्ठ भाग्य के गीत गाते रहो।*

~◇ ऐसा श्रेष्ठ भाग्य सारे कल्प में प्राप्त होगा? जो सारे कल्प में अभी प्राप्त होता है. तो अभी की खशी. अभी का नशा सबसे श्रेष्ठ है। पाण्डव तो नष्टोमोहा

हैं ना। व्यवहार में कुछ ऊपर-नीचे हो जाए, फिर नष्टोमोहा हैं? अभी भी बीच-बीच में माया पेपर तो लेती है ना। तो उसमें पास होते हो? या जब माया आती है तब थोड़ा ढीले हो जाते हो? *तो सदा खुशी के गीत गाते रहो। समझा? कुछ भी चला जाये लेकिन खुशी नहीं जाये। चाहे किसी भी रूप में माया आये लेकिन खुशी न जाये। ऐसे खुश रहने वाले ही सदा खुशनसीब हैं।*

◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°

[[3]] स्वमान का अभ्यास (Marks:- 10)

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

◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°

◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°

☉ *रुहानी ड्रिल प्रति* ☉

☆ *अव्यक्त बापदादा की प्रेरणाएं* ☆

◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°●☆●◊°°

~◊ वर्तमान समय सर्व की एक ही पुकार कौन-सी है, वह जानते हो? धर्मिक नेताओं, राजनेताओं और सर्वश्रेष्ठ साइन्स वा और साथ-साथ आम जनता की एक ही पुकार है कि अब जल्दी में कुछ बदलना चाहिए। *सर्व क्षेत्र की आत्मार्ये अब अपने को फेल अनुभव करने लगी हैं। अब कोई सुप्रीम पाँवर चाहिए।* सबकी चाहना का दीपक वा इस आवश्यकता को महसूस करने के संकल्प का दीपक जग चुका है।

~◊ अब उसको और तेज करने के लिए आप सर्व आत्माओं के संकल्प घृत चाहिए जिससे सर्व की पुकार के ऊपर उपकार कर सकी। (आज दो-चार बार बीच-बीच में बिजली जाती रहती थी) देखो यह लाइट भी शिक्षा दे रही है। *जैसे लाइट एक सेकण्ड में आती और चली जाती है, ऐसे ही आप भी एक सेकण्ड में पकार वालों के पास उपकारी बन पहुँच जाओ।*

ॐ

ॐ

~◇ ऐसा अभ्यास आने और जाने का हो। अभी-अभी पुकार सुनी और अभी-अभी पहुँचे। अब सर्व की पुकार मेहनत से छूट सहज प्राप्ति करने की है। साइन्स वाले भी बहुत मेहनत कर थक गए हैं। धर्मिक आत्मार्ये भी साधना करके थक गई है। राजनैतिक लोग अनेक दल-बदलुओं के चक्र से थक गये हैं। और आम जनता समस्याओं से थक गई है। *अब सबकी थकावट उतारने वाला कौन?*

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

[[4]] रूहानी ड्रिल (Marks:- 10)

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

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

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

☉ *अशरीरी स्थिति प्रति* ☉

☆ *अव्यक्त बापदादा के इशारे* ☆

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

~◇ *तो विजय प्राप्त करने का साधन है - स्व-स्थिति द्वारा परिस्थिति पर विजय। यह देह भी पर है, स्व नहीं।* तो देह के भान में आना, यह भी स्वस्थिति नहीं है। तो चेक करो सारे दिन में स्व-स्थिति कितना समय रहती है? क्यों कि स्व-स्थिति व स्वधर्म सदा सुख का अनुभव करायेगा और *प्रकृति-धर्म अर्थात् पर-धर्म या देह की स्मृति किसी-न-किसी प्रकार के दुःख का अनुभव जरूर करायेगी। तो जो सदा स्वस्थिति में होगा वह सदा सुख का अनुभव करेगा।* सदा सुख का अनुभव होता है कि दुःख की लहर आती है। संकल्प में भी अगर दुख की लहर आई तो सिद्ध है स्व-स्थिति से, स्व-धर्म से नीचे आ गये।



]] 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 :- इस शरीर रूपी रथ पर विराजमान आत्मा रथी है, रथी समझकर कर्म करना"*

✽ *प्यारे बाबा :-* "मेरे मीठे फूल बच्चे... इस देह की दुनिया से, इस मटमैले आवरण से, अब और दिल न लगाओ... *इस आवरण में चमकती हुई मणि आत्मा हो, इस मीठे नशे से भर जाओ.*.. आत्मा से ही प्रकाशित यह आवरण है यह याद एखने से देहाभिमान स्वतः छूटता चला जायेगा...."

➤➤ _ ➤➤ *मैं आत्मा :-* "हाँ मेरे प्यारे बाबा... मैं आत्मा देह के मटमैले रूप से निकल कर अपने आत्मिक गौरव से भर गयी हूँ... प्यारे बाबा आपने जो मेरी आत्मिक खूबसूरती का आभास करवाया है... मैं आत्मा *इस सत्य को पाकर असीम खुशियों में नाच उठी हूँ.*.."

✽ *मीठे बाबा :-* "मीठे प्यारे लाडले बच्चे... ईश्वरीय ज्ञान रत्नों को पाकर नये सतयुगी सुखो से सज जाओ... शरीर तो रथ है, और *आप चलाने वाली रथी हो, इसे प्रतिपल याद करो तो सहज ही हर कर्म से न्यारे बन जायेंगे.*.. अपने सत्य स्वरूप को ईश्वरीय यादों में इस कदर गहरा करो... की देह की मिटटी आकर्षित न करे..."

»→ _ »→ *मैं आत्मा :-* "मेरे प्राणप्रिय बाबा... मैं आत्मा आपकी प्यारी मीठी यादों में डूबी हुई... *अपने आत्मिक स्वरूप की गहराई में गहरे उतरती जा रही हूँ...*. आपकी यादों सतोगुणी होती जा रही हूँ... अपना सुन्दरतम रूप आत्मा जानकर अतीन्द्रिय सुख में डूबती जा रही हूँ..."

* *प्यारे बाबा :-* "मेरे सिकीलधे मीठे बच्चे... ईश्वर पिता की मीठी यादों में, और अमूल्य ज्ञान रत्नों में डूबकर देह से अनासक्त हो जाओ... *आत्मा ही अनोखा जादू है इसे दिल में गहराई से समा लो...*. अपने दमकते तेज को ईश्वरीय यादों में और भी तेजस्वी बनाओ और देहभान के सहज ही मुक्त हो जाओ..."

»→ _ »→ *मैं आत्मा :-* "हाँ मेरे मीठे बाबा... मैं आत्मा आपको पाकर सत्य से चमक उठी हूँ... देह के अँधेरे में स्वयं के खूबसूरत वजूद को ही भूल बेठी थी... आपकी यादों में पुनः रौशन हो गई हूँ... *मैं शरीर नहीं चलाने वाली प्यारी आत्मा हूँ* इस सत्य से सदा की मुस्करा उठी हूँ..."

[[7]] योग अभ्यास (Marks:-10)

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

"द्विल :- किसी भी चित्र वा देहधारी को याद नहीं करना है"

»→ _ »→ मनमनाभव के महामन्त्र को स्मृति में रखते हुए, देह और देह के सर्व सम्बन्धों से किनारा कर, एक परमात्मा की अव्यभिचारी याद में मैं आत्मा अपने मन बुद्धि को एकाग्र करती हूँ। उस एक *अपने परम प्रिय प्रभु की अव्यभिचारी याद में बैठते ही इस देह रूपी पिंजड़े में कैद में आत्मा रूपी पँछी इस देह के पिंजड़े के हर बंधन को तोड़ उड़ चलती हूँ अपने उस परमप्रिय प्रभु, अपने स्वामी, शिव पिता परमात्मा के पास जिनके साथ मेरा जन्म - जन्म का अनादि सम्बन्ध है*। अपने सच्चे शिव प्रीतम की याद मझे उनसे मिलने के

लिए बेचैन कर रही है इसलिए ज्ञान और योग के पंख लगाए में आत्मा पँछी और भी तीव्र उड़ान भरते हुए पहुंच जाती हूँ अपने प्रभु के धाम, शांति धाम, निर्वाणधाम में।

»→ _ »→ अपने शिव प्रभु को अपने सामने पा कर बिना कोई विलम्ब किये मैं पहुंच जाती हूँ उनके पास और उनकी किरणों रूपी बाहों में समा जाती हूँ। *जन्म जन्मान्तर से अपने शिव पिता परमेश्वर से बिछुड़ी मैं आत्मा अपने शिव प्रभु की किरणों रूपी बाहों में अतीन्द्रिय सुख की गहन अनुभूति में मैं इतना खो जाती हूँ कि देह और देह की दुनिया संकल्प मात्र भी याद नहीं रहती*। केवल मैं और मेरे प्रभु, दूसरा कोई नहीं। प्रेम के सागर अपने परम प्रिय मीठे बाबा के अति प्यारे, अति सुन्दर, चित को चैन देने वाले अनुपम स्वरूप को निहारते - निहारते मैं डूब जाती हूँ उनके प्रेम की गहराई में और उनके सच्चे निस्वार्थ रूहानी प्रेम से स्वयं को भरपूर करने लगती हूँ।

»→ _ »→ मेरे शिव प्रीतम का प्यार उनकी सर्वशक्तियों की किरणों के रूप में निरन्तर मुझ पर बरस रहा है। *उन्से आ रही सर्वशक्तियों रूपी किरणों की मीठी फुहारें मन को रोमांचित कर रही हैं, तृप्त कर रही हैं और साथ ही साथ रावण की जेल में कैद होने के कारण निर्बल हो चुकी मुझे आत्मा को बलशाली बना रही हैं*। अपने शिव प्रभु की सर्व शक्तियों से स्वयं को भरपूर करके, उनके प्यार को अपनी छत्रछाया बना कर अब मैं वापिस देह और देह की दुनिया की में लौट रही हूँ। किन्तु *अब मेरे शिव प्रभु का प्यार मेरे लिए ढाल बन चुका है* जो मुझे इस आसुरी दुनिया में रहते हुए भी आसुरी सम्बन्धों के लगाव से मुक्त कर रहा है।

»→ _ »→ देह और देह की दुनिया में रहते हुए भी अब इस दुनिया से मेरा कोई ममत्व नहीं रहा। यह तन - मन - धन मेरा नहीं, मेरे बाबा का है, यह सम्बन्धी भी मेरे नहीं, बाबा ने मुझे इनकी सेवा अर्थ निमित्त बनाया हैं। *इस स्मृति में रहने से मैं और मेरे से अटैचमेन्ट समाप्त हो गई है। प्रवृत्ति को ट्रस्टी बन कर सम्भालने से अब मैं स्वयं को हर बन्धन से मुक्त, न्यारा और प्यारा अनुभव कर रही हूँ*। परमात्म प्रीत से मेरे सभी लौकिक सम्बन्ध भी अलौकिक बन गए हैं इसलिए देह और दैहिक सम्बन्धों में होने वाला लगाव, झकाव और

टकराव अब समाप्त हो गया है।

»→ _ »→ साक्षी भाव से हर आत्मा के पार्ट को अब मैं साक्षी हो कर देख रही हूँ और हर कर्म साक्षी पन की सीट पर सेट हो कर करने से सदा बाप के साथीपन का अनुभव कर रही हूँ। *देह और देह के सम्बन्धों के प्रति साक्षीभाव मुझे इस पुरानी दुनिया से स्वतः ही उपराम बना रहा है*। दैहिक दृष्टि और वृत्ति परिवर्तित हो कर रूहानी बन गई है। इसलिए अब सदैव यही अनुभव होता है कि मैं इस देह में मेहमान हूँ। *मैं रूह हूँ और मुझ रूह का करन करावनहार सुप्रीम रूह है। वह चला रहे हैं, मैं चल रही हूँ। सदा मैं रूह और सुप्रीम रूह कम्बाइंड हूँ*। निरन्तर इस स्मृति में रहने से किसी भी देहधारी के नाम रूप की अब मुझे याद नहीं आती। केवल अपने शिव प्रभु की अव्यभिचारी याद में रह, मैं उनके ही प्रेम का रसपान करते हुए सदा अतीन्द्रिय सुख के झूले में झूलती रहती हूँ।

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

- * मैं परमात्म श्रीमत के आधार पर हर कदम उठाने वाली आत्मा हूँ।*
- * मैं अविनाशी वर्से की अधिकारी 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 सम्पूर्ण पवित्र और योगी हूँ ।*

- ✽ *मैं आत्मा सदैव स्नेह का रिटर्न देती हूँ ।*
- ✽ *मैं सपूत बच्चा 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 :-

➤➤ _ ➤➤ महात्यागी- सदा सम्बन्ध, संकल्प और संस्कार सभी के परिवर्तन करने के सदा हिम्मत और उल्लास में रहते। पुरानी दुनिया, पुराने सम्बन्ध से सदा न्यारे हैं। महात्यागी आत्मायें सदा यह अनुभव करती कि यह पुरानी दुनिया वा सम्बन्धी मरे ही पड़े हैं। इसके लिए युद्ध नहीं करनी पड़ती है। सदा स्नेही, सहयोगी, सेवाधारी शक्ति स्वरूप की स्थिति में स्थित रहते हैं, बाकी क्या रह जाता है! महात्यागी के फलस्वरूप जो त्याग का भाग्य है - महाज्ञानी, महायोगी, श्रेष्ठ सेवाधारी बन जाते हैं! इस भाग्य के अधिकार को कहाँ-कहाँ उल्टे नशे के रूप में यूज कर लेते हैं। पास्ट जीवन का सम्पूर्ण त्याग है लेकिन त्याग का भी त्याग नहीं है। *लोहे की जंजीरे तो तोड़ दीं, आइरन एजड से गोल्डन एजड तो बन गये, लेकिन कहाँ-कहाँ परिवर्तन सुनहरी जीवन के सोने की जंजीर में बंध जाता है। वह सोने की जंजीरें क्या है? "मैं" और "मेरा"। * मैं अच्छा जानी हूँ, मैं जानी तू आत्मा, योगी तू आत्मा हूँ। यह सुनहरी जंजीर कहाँ-कहाँ सदा बन्धनमुक्त बनने नहीं देती।

✽ *"ड्रिल :- लोहे की जंजीरों को तोड़ स्वयं को सोने की जंजीरों में नहीं बाँधना।"*

➤➤ ➤➤ *मैं आत्मा डील के किनारे प्रकृति की गोद में बैठकर उसकी

हरियाली का आनंद ले रही हूँ... खिली-खिली सुहानी धूप में तेज रूहानी हवायें गीत गुनगुना रही हैं... रंग-बिरंगी तितलियाँ फूलों पर अपना रंग-बिरंगी आँचल बिछाकर मुस्कुरा रहे हैं...* चीं-चीं करती चिड़िया, कूंकूंकूं करती कोयल, भूं-भूं करते भंवरे, झर-झर बहते झरने मेरे हृदय को प्रफुल्लित कर रहे हैं... इतने में एक प्यासा हिरन झील का पानी पीने आता है और फुदक-फुदक कर इधर से उधर भागता है... मैं आत्मा उसके पीछे जाने की कोशिश करती हूँ... इतने में प्यारे बाबा मेरे सामने आ जाते हैं...

»→ _ »→ प्यारे बाबा कहते हैं- मेरी मीठी बच्ची कहाँ भाग रही हो... मैं कहती हूँ मेरे प्यारे बाबा मैं आत्मा उस हिरन को पकड़ने की कोशिश कर रही हूँ... बाबा मुस्कुराते हुए मुझे अपने सामने बिठाकर कहते हैं- मेरी लाडली तुमने ये कहानी तो सुनी होगी... सीता वनवास के समय अपने राजमहल के सभी ठाठ-भाट छोड़कर वन में आई... पर वन में सोने के हिरन को पाने के लिए रावण के चंगुल में फंस गई... और राम से दूर होकर मायावी रावण के अधीन हो गई... *वैसे ही बच्ची चेक करो कि तुम भी सोने की जंजीरों में पड़कर फिर से मायावी रावण के चंगुल में तो नहीं फंस रही हो?*

»→ _ »→ बाबा कहते हैं:- बच्ची- श्रेष्ठ ब्राह्मण जीवन अपनाकर तुमने पुरानी दुनिया, पुराने सम्बन्ध सबसे सदा न्यारे तो हो गए हो... *पुराने जीवन का सम्पूर्ण त्याग किया है, लेकिन 'त्याग का भी त्याग किए हो? लोहे की जंजीरे तो तोड़ दीं, सोने की जंजीरों में तो नहीं बंधे हो?"मैं" और "मेरा" ये ऐसी सुनहरी जंजीरें हैं जो बन्धनमुक्त बनने नहीं देती हैं...* महाज्ञानी, महायोगी, श्रेष्ठ सेवाधारी बनकर महात्यागी तो बन गए हो लेकिन सर्वस्व त्यागी बने हो? बाबा मुझे समझानी देते हुए वरदान देते हैं- बच्चे सदा फालो फादर करते हुए बाप समान सर्वस्व त्यागी बनो, महादानी बनो...

»→ _ »→ मैं आत्मा बाबा के महावाक्यों को धारण कर फालो फादर कर रही हूँ... बाबा दृष्टि देते हुए मुझे सर्व शक्तियों से सम्पन्न बना रहे हैं... *मैं आत्मा पुराने सम्बन्ध, सम्पर्क, पुरानी दुनिया का पूरी तरह त्याग कर चुकी हूँ... "मैं" और "मेरा" की सोने की जंजीरें बाबा की किरणों में भस्म हो रहे हैं... मैं आत्मा सर्व प्रकार के बन्धनों से मुक्त हो रही हूँ...* अब मैं आत्मा शिव

शक्ति बन बाबा के साथ कंबाड़ंड रहकर हर कर्म करती हूँ... और कर्म के फल को भी बाबा को समर्पित कर देती हूँ... नाम, मान, शान की कभी भी अपेक्षा नहीं करती हूँ... करन करावनहार बाबा है मैं आत्मा निमित्त हूँ...

»→ _ »→ *अब मैं आत्मा "मैं" और "मेरा" के स्वार्थ भावों को "मैं आत्मा" और "मेरा बाबा" में परिवर्तित कर चुकी हूँ...* अब मैं आत्मा ज्ञानी, योगी होने का अहंकार नहीं करती हूँ... ये ज्ञानसागर बाबा का दिया ज्ञान है... जिसने मुझे राजयोग सिखाकर ज्ञानी, योगी बनाया... मैं आत्मा निष्काम भाव से सर्व की सेवा कर रही हूँ... *मैं आत्मा वफादार, फरमानबरदार बन इस महायज्ञ में तन, मन, धन से अपना सबकुछ सम्पूर्ण स्वाहा कर सर्वस्व त्यागी बन गई 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 जरूर दें ।

ॐ शान्ति ॐ