(अव्यक्त इशारे)
सन्तुष्टमणि बन सदा सन्तुष्ट रहो और सबको सन्तुष्ट करो

1) बापदादा चाहते हैं कि हर एक बच्चा जब भी किसी से मिले तो उसे सन्तुष्टता का सहयोग दे। स्वयं भी सन्तुष्ट रहे और दूसरों को भी सन्तुष्ट करे। सदा यही स्वमान स्मृति में रहे कि मैं सन्तुष्टमणि हूँ। मुझे स्वयं सदा सन्तुष्ट रहना है और सबको सन्तुष्ट करना है, इसी स्वमान की सीट पर सदा एकाग्र रहना।

2) आज के समय में टेन्शन और परेशानियाँ बहुत हैं, इस कारण असन्तुष्टता बढ़ती जा रही है। ऐसे समय पर आप सभी सन्तुष्टमणियाँ अपने सन्तुष्टता की रोशनी से औरों को भी सन्तुष्ट बनाओ। पहले स्व से स्वयं सन्तुष्ट रहो, फिर सेवा में सन्तुष्ट रहो फिर सम्बन्ध में सन्तुष्ट रहो तब ही सन्तुष्टमणि कहलायेंगे।

3) बापदादा बच्चों को निरन्तर सच्चे सेवाधारी बनने के लिए कहते हैं, लेकिन अगर नाम सेवा हो और स्वयं भी डिस्टर्ब हो, दूसरे को भी डिस्टर्ब करे, ऐसी सेवा न करना अच्छा है क्योंकि सेवा का विशेष गुण सन्तुष्टता है। जहाँ सन्तुष्टता नहीं, चाहे स्वयं से, चाहे सम्पर्क वालों से, वह सेवा न स्वयं को फल की प्राप्ति करायेगी न दूसरों को। इससे स्वयं अपने को पहले सन्तुष्टमणी बनाए फिर सेवा में आओ तो अच्छा है। नहीं तो सूक्ष्म बोझ चढ़ता है और वह बोझ उड़ती कला में विघ्न रूप बन जाता है।

4) सदा निर्विघ्न, सदा विघ्न विनाशक और सदा सन्तुष्ट रहना तथा सर्व को सन्तुष्ट करना - सेवाधारियों को यही सर्टीफिकेट सदा लेते रहना है। यह सर्टीफिकेट लेना अर्थात् तख्तनशीन होना। सदा सन्तुष्ट रहकर सर्व को सन्तुष्ट करने का लक्ष्य रखो।

5) जिस आत्मा को सर्व प्राप्तियों की अनुभूति होगी, वह सदा सन्तुष्ट होगी। उसके चेहरे पर सदा प्रसन्नता की निशानी दिखाई देगी। सेवाधारी जब स्व से और सर्व से सन्तुष्ट होते हैं तो सेवा का, सहयोग का उमंग-उत्साह स्वत: होता है। कह करके कराना नहीं पड़ता, सन्तुष्टता सहज ही उमंग-उल्हास में लाती है। सेवाधारी का विशेष यही लक्ष्य हो कि सन्तुष्ट रहना है और करना है।

6) जितना अपने को सर्व प्राप्तियों से सम्पन्न अनुभव करेंगे उतना सन्तुष्ट रहेंगे। अगर जरा भी कमी की महसूसता हुई तो जहाँ कमी है वहाँ असन्तुष्टता है। भल अपना राज्य नहीं है इसलिए थोड़ी मेहनत करनी पड़ती है परन्तु यहाँ प्राब्लम तो खेल हो गई है, हिम्मत रखने से समय पर सहयोग मिल जाता है इसलिए अपनी सन्तुष्टता के साथ-साथ स्वयं की श्रेष्ठ स्थिति से सर्व आत्माओं को सन्तुष्टता का सहयोग दो।

7) कराने वाला करा रहा है, मैं सिर्फ निमित्त बन कार्य कर रहा हूँ-इस स्मृति में रहना यही सेवाधारी की विशेषता है। इससे सेवा में वा स्व पुरुषार्थ में सदा सन्तुष्ट रहेंगे और जिन्हों के निमित्त बनेंगे उन्हों में भी सन्तुष्टता होगी। सदा सन्तुष्ट रहना और दूसरों को रखना - यही सच्चे सेवाधारी की विशेषता है।

8) ब्राह्मण अर्थात् समझदार, वे सदा स्वयं भी सन्तुष्ट रहेंगे और दूसरों को भी रखेंगे। अगर दूसरे के असन्तुष्ट करने से असन्तुष्ट होते तो संगमयुगी ब्राह्मण जीवन का सुख नहीं ले सकते। शक्ति स्वरूप बन दूसरों के वायुमण्डल से स्वयं को किनारे कर लेना अर्थात् अपने को सेफ कर लेना, यही साधन है इस लक्ष्य को प्राप्त करने का।

9) जो दिल से सेवा करते वा याद करते हैं, उन्हों को मेहनत कम और सन्तुष्टता ज्यादा होती और जो दिल के स्नेह से नहीं याद करते, सिर्फ नॉलेज के आधार पर दिमाग से याद करते वा सेवा करते, उन्हों को मेहनत ज्यादा करनी पड़ती, सन्तुष्टता कम होती। चाहे सफलता भी हो जाए, तो भी दिल की सन्तुष्टता कम होगी। यही सोचते रहेंगे - हुआ तो अच्छा, लेकिन फिर भी, फिर भी... करते रहेंगे और दिल वाले सदा सन्तुष्टता के गीत गाते रहेंगे।

10) सन्तुष्टता तृप्ति की निशानी है। अगर तृप्त आत्मा नहीं होंगे, चाहे शरीर की भूख, चाहे मन की भूख होगी तो जितना भी मिलेगा, तृप्त आत्मा न होने कारण सदा ही अतृप्त रहेंगे। रॉयल आत्मायें सदा थोड़े में भी भरपूर रहती हैं, जहाँ भरपूरता है वहाँ सन्तुष्टता है।

11) जो सेवा असन्तुष्ट बनाये वो सेवा, सेवा नहीं है। सेवा का अर्थ ही है मेवा देने वाली सेवा। अगर सेवा में असन्तुष्टता है तो सेवा छोड़ दो लेकिन सन्तुष्टता नहीं छोड़ो। सदा हद की चाहना से परे, सम्पन्न रहो तो समान बन जायेंगे।

12) संगमयुग का विशेष वरदान सन्तुष्टता है, इस सन्तुष्टता का बीज सर्व प्राप्तियाँ हैं। असन्तुष्टता का बीज स्थूल वा सूक्ष्म अप्राप्ति है। आप ब्राह्मणों का गायन है - 'अप्राप्त नहीं कोई वस्तु ब्राह्मणों के खजाने में अथवा ब्राह्मणों के जीवन में', तो फिर असन्तुष्टता क्यों? जब वरदाता, दाता के भण्डार भरपूर हैं, इतनी बड़ी प्राप्ति है, फिर असन्तुष्टता क्यों?

13) जो सन्तुष्टमणियां हैं - वह मन से, दिल से, सर्व से, बाप से, ड्रामा से सदा सन्तुष्ट होंगी; उनके मन और तन में सदा प्रसन्नता की लहर दिखाई देगी। चाहे कोई भी परिस्थिति आ जाए, चाहे कोई आत्मा हिसाब-किताब चुक्त करने वाली सामना करने भी आती रहे, चाहे शरीर का कर्म-भोग सामना करने आता रहे लेकिन हद की कामना से मुक्त आत्मा सन्तुष्टता के कारण सदा प्रसन्नता की झलक में चमकता हुआ सितारा दिखाई देगी।

14) सन्तुष्ट आत्मायें सदा नि:स्वार्थी और सदा सभी को निर्दोष अनुभव करेंगी; किसी और के ऊपर दोष नहीं रखेंगी - न भाग्यविधाता पर, न ड्रामा पर, न व्यक्ति पर, न शरीर के हिसाब-किताब पर कि मेरा शरीर ही ऐसा है। वे सदा निःस्वार्थ, निर्दोष वृत्ति-दृष्टि वाली होंगी।

15) संगमयुग की विशेषता सन्तुष्टता है, यही ब्राह्मण जीवन की विशेष प्राप्ति है। सन्तुष्टता और प्रसन्नता नहीं तो ब्राह्मण बनने का लाभ नहीं इसलिए सन्तुष्ट रहो और सबको सन्तुष्ट करो, इसी में सच्चा सुख है, यही सच्ची सेवा है।

16) सन्तुष्टता के गुण को धारण कर हद के मेरे तेरे के चक्र से मुक्त रहो। सन्तुष्टता सदा निर्विकल्प, एकरस के विजयी आसन की अधिकारी बनाती है। सन्तुष्टमणियां सदा बापदादा के दिलतख्तनशीन, सहज स्मृति के तिलकधारी, विश्व परिवर्तन की सेवा के

ताजधारी बन अपने सम्पन्न स्वरुप में स्थित रहती हैं। यह सन्तुष्टता ही ब्राह्मण जीवन का जीयदान है।

17) ब्राह्मण जीवन का आन्तरिक वर्सा सदा सुख स्वरूप, शान्त स्वरूप, मन की सन्तुष्टता है। इसका अनुभव करने के लिए मन्सा की पवित्रता चाहिए। बाहर के साधनों द्वारा या सेवा द्वारा अपने आपको खुश वा सन्तुष्ट रखना - यह भी अपने को धोखा देना है।

18) कितना भी कोई आपकी सन्तुष्टता को हिलाने की कोशिश करे, लेकिन आप हिलना नहीं, सदा सन्तुष्ट रहना। सदा मुखड़ा मुस्कराता रहे। कैसी भी हिलाने वाली परिस्थिति ऐसे ही अनुभव हो जैसे पपेट (कठपुतली) शो देख रहे हैं। माया का वा प्रकृति का यह भी एक शो है। उसे साक्षी स्थिति में सदा सन्तुष्टता के स्वरूप में, अपनी शान में रहते हुए देखो - सन्तुष्ट मणि हूँ, सन्तोषी आत्मा हूँ... ये है संगम का श्रेष्ठ शान।

19) इस फाइनल पढ़ाई में हर एक बच्चे को तीन सर्टीफिकेट लेने हैं – एक स्वयं, स्वयं से सन्तुष्ट - दूसरा - बापदादा द्वारा सर्टीफिकेट और तीसरा - परिवार के संबंध-सम्पर्क में आने वालों द्वारा सर्टीफिकेट। परिवार में जितने ब्राह्मण सन्तुष्ट हैं उतने ही भक्त भी आपकी पूजा सन्तुष्टता से करेंगे, काम चलाऊ नहीं, दिल से करेंगे।

20) ब्राह्मण जीवन में जितने ब्राह्मणों का आपके प्रति स्नेह, सम्मान अर्थात् रिगार्ड होगा, दिल से सन्तुष्ट होंगे, उतना ही आप पूज्य बनेंगे। | पूज्य के लिए स्नेह और सम्मान होता है। स्वयं भी सन्तुष्ट दूसरे भी सन्तुष्ट। अगर असन्तुष्ट करने वाला आपको असन्तुष्ट करने की कोशिश करे तो आप शीतलता को धारण करना। वह आपको असन्तुष्ट करे आप सन्तुष्टता का जल डालना, वो आग जलाये आप पानी डालना।

21) सदा आज्ञाकारी बनकर रहो तो सर्व की दुआयें मिलेंगी। उन दुआओं के प्रभाव से दिल वा मन सदा सन्तुष्ट रहेगा। बाहर की सन्तुष्टता नहीं लेकिन मन की सन्तुष्टता और मन की सन्तुष्टता यथार्थ है, आज्ञाकारी हैं, दुआएं हैं तो सदा स्वयं और सर्व डबल लाइट रहेंगे। उनका चेहरा सदा प्रसन्नचित दिखाई देगा। प्रसन्नतचित अर्थात् सर्व प्रश्नों से न्यारा। क्यों, क्या, कैसे यह सब प्रश्न समाप्त।

22) सन्तुष्टता अर्थात् दिल-दिमाग सदा आराम में हो। सुख- चैन की स्थिति में हो। सन्तुष्टता बाप की और सर्व की दुआयें दिलाती है। सन्तुष्ट आत्मा समय प्रति समय सदा अपने को बाप और सर्व की दुआओं के विमान में उड़ता हुआ अनुभव करेगा। दुआ मांगेगा नहीं, लेकिन दुआयें स्वयं उसके आगे स्वत: ही आयेगी। ऐसे सन्तुष्ट मणि अर्थात् सिद्धि स्वरूप तपस्वी बनो।

23) सबसे सहज सदा सन्तुष्ट रहने की विधि है - अपने सामने सदा कोई न कोई विशेष प्राप्ति रखो। बाप से क्या-क्या मिला, कितना मिला है, अपनी प्राप्तियों को देखो - ज्ञान के खजाने की प्राप्ति कितनी है, योग से शक्तियों की, दिव्यगुणों की प्राप्तियाँ कितनी हैं, प्रैक्टिकल नशे में, खुशी में रहने की प्राप्तियाँ कितनी हैं? कभी कोई, कभी कोई प्राप्ति को सामने रखते हुए सन्तुष्ट रहो।

24) सदा हर परिस्थिति में, परिस्थिति बदले लेकिन स्थिति नहीं बदले। स्थिति सदा खजानों से सम्पन्न और सन्तुष्ट रहे तो परिस्थिति आयेगी और चली जायेगी। परिस्थिति की क्या शक्ति है जो आपकी सन्तुष्टता को ले जाये। परिस्थिति का खेल भले देखो लेकिन साक्षी बन, सन्तुष्टता की सीट पर बैठकर देखो।

25) संगमयुग है ही सन्तुष्टता का युग। तो सन्तुष्ट रहो और सबको सन्तुष्ट करो। आपस में कभी कोई खिटखिट न हो क्योंकि माला बनती है सम्बन्ध से। अगर दाने का दाने से सम्पर्क नहीं हो तो माला नहीं बन सकती। तो माला के मणके हैं इसलिए सम्बन्ध-सम्पर्क में भी सदा सन्तुष्ट रहना और सन्तुष्ट करना। आप सभी परिवार वाले हो, परिवार का अर्थ ही है सन्तुष्ट रहना और सन्तुष्ट करना।

26) श्रेष्ठ कर्म की निशानी है – स्वयं सन्तुष्ट और दूसरे भी सन्तुष्ट। ऐसे नहीं – मैं तो सन्तुष्ट हूँ, दूसरे हों या नहीं हो। योगी जीवन वाले का प्रभाव स्वतः दूसरों के ऊपर पड़ेगा। अगर कोई स्वयं से असन्तुष्ट है या और उससे असन्तुष्ट रहते हैं तो समझना चाहिये कि योगयुक्त बनने में कोई कमी है।

27) फ़रिश्ता बनना अर्थात् सन्तुष्ट रहना और सन्तुष्ट करना। चाहे कुछ भी जाये, कोई इन्सल्ट कर दे, कोई नीचे-ऊपर करने की कोशिश करे सबमें सन्तुष्ट। दाता के बच्चे दाता हो तो किसी भी बात में असन्तुष्ट नहीं हो सकते।

28) सन्तुष्टता ब्राह्मणों का विशेष लक्षण है। स्वयं से भी सन्तुष्ट और औरों से भी सन्तुष्ट रहो। जो पार्ट मिला है उसमें सन्तुष्ट रहना ही आगे बढ़ना है। कितना भी कड़ा पेपर आ जाये लेकिन सन्तुष्ट रहना है और सन्तुष्ट करना है। अपने अनादि स्वरूप में स्थित होने से स्वयं भी स्वयं से सन्तुष्ट रहेंगे और औरों को भी सन्तुष्टता की विशेषता अनुभव कराते रहेंगे।

29) इस संगमयुग में विशेष बापदादा की देन सन्तुष्टता है। एक सन्तुष्टता की विशेषता और विशेषताओं को भी सहज अपने समीप लाती है, लेकिन सदा सन्तुष्ट रहो। परिस्थिति कितनी भी बदले लेकिन सन्तुष्टता की स्थिति को परिस्थिति बदल नहीं सकती। पर-स्थिति है ही बदलने वाली। लेकिन स्व सन्तुष्टता की स्थिति सदा प्रगतिशील है।

30) तपस्या का अर्थ ही है - सन्तुष्टता की पर्सनालिटी नयन चैन में, चेहरे में, चलन में दिखाई दे। सन्तुष्टमणि अर्थात् बेदाग मणि। सन्तुष्ट आत्मा सदा प्रसन्नचित्त स्वयं को भी अनुभव करेगी और दूसरे भी प्रसन्न होंगे। तो यथार्थ अनुभव द्वारा सन्तुष्ट आत्मा बनो।

31) अब मास्टर रचयिता बन अपनी रचना को शुभ भावना से व शुभ-चिन्तक बन, भिखारियों को उनकी मांग प्रमाण सन्तुष्ट करो। अब महादानी और वरदानी बनो तब सर्व को सन्तुष्ट सकेंगे। जो वरदानी-मूर्त हैं; वह स्वयं स्वरुप बन, औरों को देने वाले दाता बन जाते हैं। विशेष अटेन्शन – सदा स्वयं से और सर्व से सन्तुष्ट रहना ही है, तब ही अनेक आत्माओं के इष्ट बन सकेंगे व अष्ट देवताओं में आ सकेंगे।