

आज का पुरुषार्थ by Suraj Bhai

Date: 20 February 2022

Website: www.shivbabas.org

धारणा - *अपने स्व-स्थिति द्वारा परिस्थिति पर विजय पाने की युक्तियाँ*

बहुत बहुत महत्वपूर्ण बात है कि विभिन्न परिस्थितियों में हमारी स्थिति न बिगड़े। परिस्थितियाँ तो आती है। संसार में ऐसा कोई मनुष्य नहीं है जिसको विभिन्न परिस्थितियों से न गुजरना पड़ा हो।

कोई गरीबी की परिस्थिति से गुजर रहा है, कोई धनवान है तो उसे अनेक तरह से टेन्शन रहती है। उसके अलग परिस्थिति रहते है।

डाक्टर की अलग परिस्थिति, तो बिजनेस वालों की अलग परिस्थिति, अधिकारियों की अलग परिस्थिति, तो पलिटिशियन की अलग परिस्थिति।

परन्तु परिस्थितियों में स्व-स्थिति को श्रेष्ठ बनाये रखना ही परिस्थितियों को समाप्त करने का तरीका है।

क्योंकि जब हमारी स्व-स्थिति **श्रेष्ठ** रहती है तो हमसे बहुत ही पावरफूल वायब्रेशन्स निकलते हैं। हमारे संकल्प सफल होते हैं। सिद्ध होते हैं। और इससे परिस्थितियाँ बदल जाती हैं।

इसलिए हमें यह कला सीख लेनी है। अपने को इतना शक्तिशाली बना लेना है, कि परिस्थितियाँ हम पर हवी न हो जाये, हमारी **शक्तियाँ** परिस्थितियों पर भारी पड़े।

इसके लिए हमें अपने पास ज्ञान का बल भी रखना है। ज्ञान के बल का अर्थ है, ज्ञान की कुछ ऐसी प्वाइंट, जिनके चिन्तन से हम परिस्थितियों में भी हल्के रहे।

जैसे, अपने **सारे बोझ बाबा को समर्पित** कर दे। तो बाबा बोझों को हर लेता है। अपनी सारी समस्याएँ बाबा के हवाले कर दे। तो उनमें वह बहुत मदद करता है।

जैसे बाबा के महावाक्य याद करे

" बच्चे, तुम चिंता क्यों करते हो? मेरे को तेरे में समर्पित करके, बेफिक्र बादशाह बनकर जीयो। तुम चिंता मत करो। मैं हजार भुजाओं सहित तुम्हारे साथ हूँ। मेरी शक्तियाँ तुम्हारे साथ है। "

इनको याद करने से हमें जो बल मिलेगा उसे ज्ञान का बल कहते हैं। इसका महत्वपूर्ण काम है, महत्वपूर्ण भूमिका है .. हमें **परिस्थितियों में हल्का रखना।**

दूसरी चीज़ है .. **स्वमान का बल।** हम कौन हैं? और किसके हैं? हम कितने शक्तिशाली हैं? होता क्या है, कि परिस्थितियाँ आने पर, हम अपने शक्तियों को भूल जाते हैं। तो परिस्थितियाँ भारी लगने लगती हैं।

छोटी सी बीमारी भी, एक परिस्थिति के रूप में अनुभव होने लगती है। लेकिन अगर हम स्वमान में स्थित रहते हैं, तो हमारा सारा ज्ञान भी इमर्ज रहता है, और हमें अपने शक्तियों की भी जागरूकता रहती है। इससे परिस्थितियों का दबाव कम होने लगता है।

और तीसरी बात है, हमें अपने अंदर योग की शक्ति बढ़ाते चलना है। योग ही एक ऐसी विद्या है, कनेक्शन है **सर्वशक्तिमान** से। योग की शक्ति के बिना न तो कोई **मायाजीत** बन सकता और न ही शक्तिशाली।

तो हमें योग अभ्यास बहुत बढ़ा देना है। योग के भिन्न भिन्न तरीके सीख कर कर्म में योग को जोड़ने का दृढ़ संकल्प कर ले।

प्लान बना ले। विभिन्न कर्मों में, घूमते फिरते, ड्राइविंग करते, वासों में यात्रा करते हम कैसे कैसे अभ्यास करें, ताकि हमारे अंदर योग की शक्तियाँ बढ़ती रहे।

तो आज सारा दिन हम बहुत सुन्दर अभ्यास करेंगे, जो बहुत सरल है ...

" मैं मास्टर ज्ञान सूर्य हूँ "

स्वयं को आत्मा देखे और मास्टर ज्ञान सूर्य के स्वरूप में देखे। फिर

ज्ञान सूर्य शिवबाबा परमधाम से नीचे उतरकर मेरे सम्मुख आ गये है। सामने देखे उनको। चार छः फिट की दूरी पर। और उनकी शक्ति की रंग बिरंगी किरणें सामने से मुझ पर पड़ रही है।

यह अभ्यास आज बार-बार करेंगे। घन्टे में दो बार इसको तो अवश्य करना है। इससे एकाग्रता भी हममें बहुत बढ़ जायेगी। और हमें बहुत सुन्दर अनुभव होंगे।

अगर इस अभ्यास को हम बढ़ा दे, तो हमें परिस्थितियाँ बहुत हल्के लगने लगेंगी।

" हम बहुत बड़े है .. और परिस्थितियाँ बहुत छोटी है "

यह आभास होता रहेगा। और हम उन पर विजयी होंगे।

॥ ओम शान्ति ॥