

आज का पुरुषार्थ by Suraj Bhai

Date: 12 March 2022

Website: www.shivbabas.org

धारणा – आज पुरुषार्थ करे सदा के लिए सुखी होने की

" मैं आत्मा सुख स्वरूप हूँ .. शान्त स्वरूप हूँ .. परम पवित्र हूँ "

इन सभी आत्मा के मूल गुणों को स्वीकार कर ले।

" मेरी सुख स्वरूप स्थिति के आगे परिस्थितियाँ सहज ही नष्ट हो जायेंगी "

यह भगवानुवाच है ...

जितना हम सुख स्वरूप में रहेंगे परिस्थितियाँ दूर होती जायेंगी। और यदि हम दुःख स्वरूप में होंगे तो परिस्थितियाँ बढ़ती जायेंगी।

तो अपनी सभी दुःख बाबा को अर्पित करे। क्यों हम दुःखी है इसका ज़रा विश्लेषण करे और ज्ञान की बहुत सारी बातों को यूज़ करके अपने दुःखों को समाप्त करे।

अशरीरी होने के अभ्यास के द्वारा अपने आंतरिक सुखों को बढ़ाते चले।
बार-बार याद करे

" मैं आत्मा सुख स्वरूप हूँ .. शान्त स्वरूप हूँ "

सवेरे उठते ही विशेष रूप से वो आत्मायें जिनको दुःख बहुत रहता है सात
बार याद करे

**" मैं आत्मा सुख स्वरूप हूँ .. शान्ति तो मेरा स्वधर्म है .. जब मैं हूँ ही सुख
स्वरूप तो मुझे कोई बात दुःखी कैसे कर सकती है .. कोई भी परिस्थिति
मुझे दुःखी नहीं कर सकती "**

चैलेंज कर दे और अपने को इतना दृढ़ करे कि

" दुःखों की बातें तो कलियुग में आते ही है। कलियुग में क्या सम्पूर्ण सुख
होगा? जो घोर अंधकार का समय है, जहाँ चारों ओर राक्षस बसते है, जहाँ
मानव अपनी मानवता को भूलते जा रहे है, जहाँ दानव सिर उठा रहा है,
वहाँ क्या सुख होगा? "

वहाँ दुःख ही है। लेकिन हमें अपनी **संकल्पों** के द्वारा, **बाबा** की मदद से, **अशरीरीपन** की अभ्यास से स्वयं को दुःखों से मुक्त रखना है।

यह तो सत्य है कि यदि मुझे दुःख प्राप्त हो रहा है, तो उसकी जिम्मेदार हम स्वयं है। चाहे हमारे सोच, चाहे हमारी दूषित भावनायें, चाहे दुसरोँ के प्रति हमारे निगेटिव दृष्टि, या कुछ एक्सपेक्टेडन्स, या पूर्व जन्मों के पाप कर्म, मनोविकार, मनुष्य को दुःखी कर रहे है।

क्योंकि जिस परिवार में सुख शान्ति नहीं है उन्हें समझ लेना चाहिए वे किसी न किसी विकार के वश अवश्य है। यह तो सब

लेकिन वर्तमान में यह सब सोचकर हम परेशान न हो कि हमने क्या किया जो दुःख हमारे पास बहुत आ गया है। हमने जो कुछ भी किया वह तो कर लिया।

अब सोचना यह है कि " **मुझे अब क्या करना है?** "

वही नहीं करना जो आज तक करते आये है। वह करना है जो अब हमारा परम कर्तव्य है।

" हम दूसरों को सुख देंगे। हम दूसरों के पीढ़ायें हरेंगे, हम व्यर्थ चिन्तन से परेशान नहीं रहेंगे, हम बाबा की याद से स्वयं में सुख भरेंगे, मुरलियाँ सुनकर स्वयं को सुखी करेंगे, अपनी साधनाओं के द्वारा अपने दुःखों को समाप्त करेंगे "

क्योंकि हमें केवल अपने ही दुःख नहीं समाप्त करना है, आने वाले समय में सबको भी दुःखों से मुक्त होने में सहयोग करने है।

बाबा कह रहे

" तुम्हारे दुःख तो अब चींटी के समान है .. आगे चलकर तो दुःखों के पहाड़ गिरेंगे "

तो क्या हम उन पहाड़ों को फेस करने के लिए तैयार है? क्या हम स्वयं में इतना सुखों का खजाना भरा है, के हम सबको बाँट सके? सबके दुःख हर सके?

तो आज सारा दिन सुख स्वरूप में रहेंगे। और संकल्प करेंगे

" मुझे तो सबको सुख देना है .. मैं आत्मा हूँ .. इस देह से न्यारी हूँ ..
सुख स्वरूप हूँ .. सुखदाता के संतान हूँ "

इस चिन्तन में रहेंगे और अभ्यास करेंगे

" मैं ग्लोब के ऊपर विराजमान .. मास्टर दुःख हर्ता सुख कर्ता हूँ .. बाबा
की किरणें मुझ पर पड़ रही है .. और मुझसे चारों ओर फैल रही है ..
सभी के दुःखों को समाप्त कर रही है "

तो हम भी मास्टर दुःख हर्ता सुख कर्ता है ... इस फीलिंग को बढ़ाते हुए
आज यह अभ्यास करेंगे।

॥ ओम शान्ति ॥

BK Google: www.bkgoogle.org

Website: www.shivbabas.org