

# आज का पुरुषार्थ by Suraj Bhai

**Date:** 22 March, 2022

**Website:** [www.shivbabas.org](http://www.shivbabas.org)

**धारणा** – “ रोज अमृतवेले बाबा को शुक्रिया करते हुए अपने पाँचों स्वरूपों की अभ्यास द्वारा स्वयं को आनन्द से भरपूर करते चले ”

अमृतवेले का समय **प्रभु मिलन** का सुन्दर समय है। इसको **अमृतवेला** क्यों कहते है? क्योंकि इस समय हम अपने मन को सवेरे-सवेरे **ज्ञान अमृत** से भर लेते है।

दुसरा इसका नाम **ब्रह्ममुहूर्त** है। यह ऐसा मुहूर्त है, ऐसा काल है जब हम ब्रह्ममुहूर्त में अपने बुद्धि को परमपिता शिवबाबा पर स्थिर कर सकते है।

वहाँ विचरण कर सकते है। **तीनों लोकों** का सैर कर सकते है। तो जो आत्मायें अमृतवेले को पूरा महत्व देते है बाबा उन पर प्रसन्न रहता है।

और जो **अमृतवेले** को सम्पूर्ण सुखदाई और आनन्दकारी बना लेते है उनके तो कहना ही क्या!

तो सवेरे उठकर बाबा को गुडमर्निंग करके और उसने हमें जो कुछ दिया  
उन प्राप्तियों के लिए उनको सच्चे मन से, खुले मन से थैंकस करे।

आनन्दित कर ले अपने मन को, खुशियों से भर ले ...

**ओ प्राणेश्वर, तुमने आकर हमें जीवन दान दिया .. आपको बहुत बहुत  
शुक्रिया ....**

आपने आकर हमें ज्ञान रत्न प्रदान किये .. सत्य ज्ञान दिया .. हमारी जन्म  
जन्म की सत्य की खोज समाप्त कर दी .. आपको बारम्बार शुक्रिया ....

हे सर्वशक्तिमान .. परम सदगुरू बनकर आप हमारे सहारे बन गये .. हमारे  
जीवन नैया के खिवैया बन गये .. आपने हमें वरदान दिये .. शक्तियों से  
हमारा श्रृंगार किया .. आपको कोटि कोटि बार धन्यवाद ....

हम आपको पाकर सुखी हो गये...

इसतरह बाबा को सवेरे-सवेरे शुक्रिया करेंगे। मन प्यार से भरपूर हो  
जायेगा। और बाबा की समीपता का सुन्दर अनुभव होगा।

साथ ही साथ तीन बिन्दीयो की स्मृति दिलाये आपने को। बिन्दु स्वरूप अति सूक्ष्म ....

**" मैं आत्मा अति सूक्ष्म ज्योति स्वरूप "**

और यह **ड्रामा** का ज्ञान अति सुन्दर रूप से बाबा ने दिया कि उसे स्मरण करके हम अपने चित को शान्त कर देते है अर्थात संकल्पों को बिन्दु लगा देते है।

यह तीनों बिन्दु रोज सवेरे हम स्वयं को स्मृति में दिलाये। आत्मिक स्थिति में स्थित होने से भी हमारे सभी संकल्प शान्त हो जाते है।

और **शिवबाबा** जो **महाज्योती** है, जो **सूक्ष्मातिसूक्ष्म** है, उनपर अपनी बुद्धि को स्थिर करने से मन पूरी तरह शान्त होने लगता है।

तो रोज सवेरे स्वयं को स्मृति दिलाये। स्मृतिस्वरूप होना, श्रेष्ठ स्थिति बनाने का सर्वोत्तम उपाय है। जो आत्मायें अपनी स्थिति को श्रेष्ठ नहीं बना पा रहे है वो स्मृतिस्वरूप बने।

अर्थात् अपने को स्मृति दिलाये रोज सवेरे। और उसका सरलतम तरीका है अपने पाँचों स्वरूपों की स्मृति स्वयं को दिलाना।

पाँच बार रोज सवेरे यह याद दिलाये स्वयं को ....

**" मैं चमकती हुई आत्मा ....**

**मेरा देव स्वरूप .. भविष्य में मैं क्या बनने जा रही हूँ ...**

मेरा परम पूज्य स्वरूप .. मैं कितना परम पवित्र .. भक्ति में मेरी मूर्तियों के दर्शन करने से ही सब सुखी हो गये .. उनकी मनोकामनायें सब पूर्ण हो गई  
....

अब मैं श्रेष्ठ ब्राह्मण .. (स्वमानों को याद करे) .. बाबा ने मुझे क्या बना दिया!  
और अब मुझे बनना है फ़रिश्ता। अपने फ़रिश्ते स्वरूप को देखे।

**" मैं चमकती हुई आत्मा .. प्रकाश की शरीर में विराजमान .. कमल  
आसन पर हूँ "**

यह पाँचों स्वरूपों की स्मृति हमारे चित को रोज सवेरे शान्त करेंगी। ज्ञान के वल से स्वमान की वल से भरपूर करेगी। जितना हम श्रेष्ठ स्मृति में रहते है उतना ही हममें समर्थी आती है।

तो आज सारा दिन इन पाँचों स्वरूपों की स्मृति स्वयं को दिलायेंगे, घन्टे में एकबार एक मिनट के लिए। और स्वयं को आनन्द से भरपूर करेंगे।

॥ ओम शान्ति ॥

**BK Google:** [www.bkgoogle.org](http://www.bkgoogle.org)

**Website:** [www.shivbabas.org](http://www.shivbabas.org)