

आज का पुरुषार्थ 25 June 2022

Source: BK Suraj bhai

Website: www.shivbabas.org

धारणा – " आज स्वयं को भरपूर आत्मा समझें, खुशी से सदा भरपूर आत्मा अनुभव करें "

सदा **खुश रहना** यह हम ब्राह्मण आत्माओं की एक प्रत्यक्ष प्राप्ति है। यद्यपि संसार ऐसे स्थिति में पहुँच गया है कि बहुत मनुष्यों को यहाँ खुश रहना कठिन होता जा रहा है।

फिर भी जिनके पास **सम्पूर्ण ज्ञान** है, जिनकी **पालना स्वयं भगवान ने की है**, जिनका भविष्य उनके सामने बिल्कुल स्पष्ट है, और जो **ज्ञान और योग** के बल से बहुत शक्तिशाली बन चुके हैं, वे तो सदा ही खुशी में रहते हैं!

भगवान भी अपने बच्चों को बहुत खुश देखता है तो वो भी बहुत हर्षित होते हैं। और उन्होंने तो कह दिया कि ...

" जो बच्चे सदा खुश रहते हैं .. वह तो मेरे सम्मुख रहते हैं .. मेरे नयनों में समाये रहते हैं "

तो जैसे लौकिक बाप अपने बच्चों को बहुत प्यार करता है, वैसे ही हमारे supreme father हम सभी को .. अपने **नयनों में समाये रखना चाहते है** .. वो बहुत हमें याद करते है .. बहुत प्यार करते है ..

केवल हम सदा खुश रहे

तो चेक करे ..

सूक्ष्म रूप से कौन सी बात मेरी खुशी को छिनती है? किसी नजदीकी व्यक्ति के वचन? उसका व्यवहार? उसकी इनसल्टिंग नेचर, जो हमेशा कड़वा बोलता रहे?

... क्या वो हमारी खुशी छीन कर ले जाते है? ...

या हम जो चाहते है वह नहीं होता है तब मेरी खुशी चली जाती है? हमने कोई target रखा है, उसमें हम सफल नहीं हुए तो हमारी खुशी चली जाती है?

या हमारे साथी अच्छा काम नहीं करते, बार-बार काम बिगाड़ते है, हमें गुस्सा आ जाता है, तब हमारी खुशी चली जाती है?

या दुसरोँ को देखकर, **परचिन्तन** करके या **दुसरोँ के अवगुण देखकर** हमारी खुशी नष्ट हो जाती है?

चेक करेँगे ...

" अवगुण देखा और खुशी नष्ट हुई .. यही सत्य है "

अवगुण दुसरोँ के और नुकसान हमारा! यह कौन-सी बुद्धिमानी है? जिसके अवगुण है वो जाने! हम तो केवल उन्हें **शुभ भावनायेँ** देंगे

हम उसे अपने चित पर रख ले, उसका चिन्तन करने लगे, तो वह अवगुण वह त्रुटियाँ हमारे अंदर भी आने लगेंगी। और हमारा मन भी बहुत निगेटिव होकर कष्ट अनुभव करेगा।

तो हम अपने को पहले तो ऐसा करे कि ...

यह जो बातें होती है, इनका effect हमारे ऊपर न हो। कम से कम हो। इतना कम हो कि जैसे पानी की लकीर है, और जल्दी ही वह समाप्त हो जाये।

इसके लिए बहुत आवश्यक है ...

स्वयं में ज्ञान का बल भरना। स्वयं को बहुत ईश्वरीय नशें में रखना। **स्वमान** के श्रेष्ठ अभ्यास करते रहना। **अशरीरी** होने की प्रैक्टिस करते रहना। या बाबा से बातें करते रहना।

इनसे हम स्वयं को इतना आनन्दित और भरपूर अनुभव करते हैं कि ... लोगों की बातें हमें बहुत छोटी लगती हैं। कोई हमारा अपमान करता है, तो हमें ख्याल रहता है, हमें याद रहता है कि

" जो स्वमानधारी है, जो योगी है उनका तो अपमान होता ही नहीं है "

हमें बाबा का महावाक्य याद रहे ...

" बच्चे, तुम मनुष्यों से मान लेकर क्या करोगे? तुम्हें तो स्वयं भगवान मान दे रहा है "

तो ...

हम सभी अपने को भरपूर आत्मा बनायें। ज्ञान का बल अपने अंदर इतना ले आये , कि ...

हर बात को ज्ञान की प्वाइंट याद करके समाप्त कर दे, हल्का कर दे।

हम याद रखेंगे ...

" मैं बहुत बहुत खुशनसीब हूँ .. मेरे जैसा खुशनसीब कोई नहीं "

और ...

हम विश्व की आधार मूर्त है .. इसलिए यदि मैं बहुत खुश हूँ तो सारा संसार खुश है .. संसार में खुशी की लहर फैलाती है हमारी आंतरिक खुशी

और जिन्हें भगवान से सर्वस्व प्राप्त हुई हो वह तो सदा खुश रहेंगे ही ...

तो आज ... बाबा से बातें करते रहेंगे और अपनी खुशियों को बढ़ाते रहेंगे ...

॥ ओम शान्ति ॥

BK Google: www.bkgoogle.org

Website: www.shivbabas.org