

आज का पुरुषार्थ 7 May 2023

Source: BK Suraj bhai

Website: www.shivbabas.org

सार – “आज से स्वयं से वायदा करे .. न हम अब से *emotional* होंगे .. और न ही बैड *feeling* में आयेंगे । सोचे... स्वमान की ग्रेट फीलिंग में रहना है ”

कुछ मनुष्य के अंदर बहुत सेन्सिटीवीटी (**sensitivity**) और बहुत इमोशनल (**emotional**) रहने के संस्कार है। सेन्सिटीवीटी माना जल्दी ही bad feeling में आ जाना।

और **इमोशनल** माना जल्दी ही आंखों में आँसू आ जाना, भावुकता। जल्दी रो लेना और फिर एक मिनट के अंदर हँसना .. यह **भावुकता** होती है।

किसी दूसरे को देखकर फट से रो लेना और bad फीलिंग, किसी ने कुछ कहा, तुरंत असर हो गया। खुशी चली गई, मुड आफ (mood off) हो गया। काम करने को मन नहीं।

सब मन की शक्तियाँ एकदम जैसे की लोप हो गई, नष्ट हो गई। इसे सेन्सिटीवीटी कहते हैं। सेन्सिविल (**sensible**) होना बहुत बड़ी बात है। लेकिन सेन्सिटीव (**sensitive**) होना बहुत बड़ी कमजोरी है।

यह दोनों संस्कार जिसमें है, वो सदा **एकरस** नहीं रह पाते। हमें बहुत इमोशनल भी नहीं होना है। यद्यपि इमोशनल होना बहुत अच्छी बात भी है।

मनुष्य के अंदर अगर इमोशन्स भी न हो, भावनायें न हो, **भावुकता न हो**, तो वो पत्थर जैसा हो जाता है। इसलिए भावुक होना भी आवश्यक है।

जो भावुक नहीं है, वो कठोर दिल है। वो **रहमदिल** नहीं हो सकते। इसलिए हम अपने को बहुत **पावरफूल** बनायेंगे। चेक करे अपने को।

आपको **छोटी-छोटी बातों में** बैड फीलिंग (bad feeling) आ जाती है, मुड आफ हो जाता है, पारा डाउन हो जाता है। आप दूसरों को दुःखी देखकर खुद भी दुःखी हो जाते हैं।

लोग तो यह भी कहेंगे .. दूसरों के दुःख में दुःखी होना अच्छी बात है। लेकिन दुःखी होने वाले, **दूसरों के दुःखों को समाप्त नहीं कर सकते।**

इसलिए दुःख की बातें भले सुनो, लेकिन स्वयं के अंदर दुःखों की गहरी फीलिंग नहीं आनी चाहिए। इन दोनों संस्कारों को हम बदलेंगे।

सेन्सिटीवीटी के **संस्कार** को हम ज्ञान चिंतन से परिवर्तित करेंगे। और इमोशनल के संस्कार को हम मास्टर **सर्वशक्तिमान** के अभ्यास से समाप्त करेंगे।

दोनों संस्कार, दोनो ही **अभ्यास** से समाप्त होंगे। पहले तो हमें यह एवरनेस हो, जानकारी हो के →

" मैं बहुत इमोशनल हूँ, इससे मुझे बाहर निकलना है "

नहीं तो आने वाले समय में क्या होगा? जब दुनिया में दुःख ही दुःख होंगे (जबकि आ गया है वह समय) तो अगर हम तैयार नहीं होंगे तो तब हम भी दुःखी हो जायेंगे।

तब हम उनके दुःखों को दूर नहीं कर पायेंगे। दुःखों को दूर करना है तो **लम्बा काल सुखों में रहना है**। यह **ईश्वरीय सुख** है, भौतिक सुख नहीं!

खाने-पीने का, भौतिक धन का .. यह सुख नहीं। **अलौकिक सुख**। ईश्वरीय सुख। सुख के सागर से मिला हुआ सुख। **आत्म-अभिमान** होने का सुख।

परमात्मा से जुड़ने का सुख। उसके प्यार में मग्न होने का सुख। और संसार को आत्मिक दृष्टि से देखने का अभ्यास। तो हमें बहुत अच्छी तरह यह रहना चाहिए के।

" जो कुछ हो रहा है वही होना है .. वही सत्य है "

.. इस बात को हम बहुत पक्का करते चले। ताकि स्वीकार करने का संस्कार हो जाये।

तो इमोशनल फीलिंग भी कम होतो रहेंगी।

तो हमें अपने मुड को बहुत अच्छा रखना है। **पावरफूल** करे। कोई कुछ भी कहे हमें **फीलिंग में नहीं आना है**। कितना भी बोले कोई काम छोड़ देगा क्या? अपनी खुशी, अपने **उमंग उत्साह** को छोड़ देंगे क्या?

→Next page →→→

कोई नहीं छोड़ेगा। कहने वालों का काम है कहते रहना। और हमारा काम है अपनी **स्थिति को श्रेष्ठ रखना**। अगर थोड़ा इफेक्ट पढ़ जाये तो जल्दी उससे बाहर आ जाये।

संकल्प करे →

" नहीं .. ! मुझे बैड फीलिंग में नहीं आना है .. मुझे परमात्मम फीलिंग में रहना है .. मुझे स्वमान की ग्रेट फीलिंग्स में रहना है "

तो आइये हम सभी इन दोनों संस्कारों से ऊपर उठ जाये। और अपने अंदर **ईश्वरीय संस्कार भरे।**

॥ ओम शान्ति ॥

Source: Purusharth Blog

BK Google: www.bkgoogle.org

Main: www.shivbabas.org