

मन्सा



सेवा प्रशिक्षण





SpARC
WING

[ANNUAL MEETING]

[2004]

**Welcome
to
Spiritual Applications Research Centre
8th Special SpARC Meeting,
Shantivan
11th to 15th September, 2004**

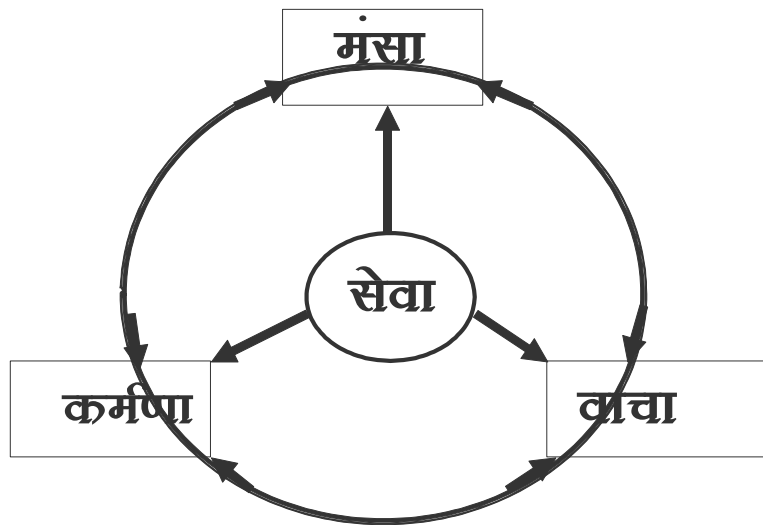
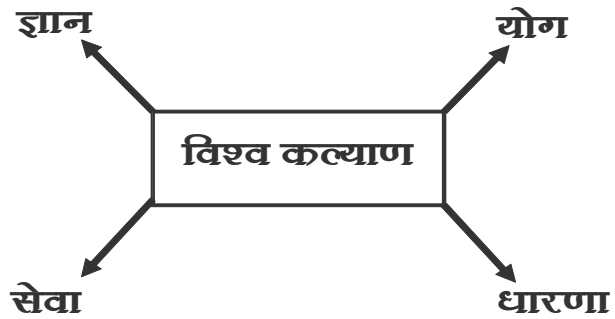
मंसा सेवा प्रशिक्षण

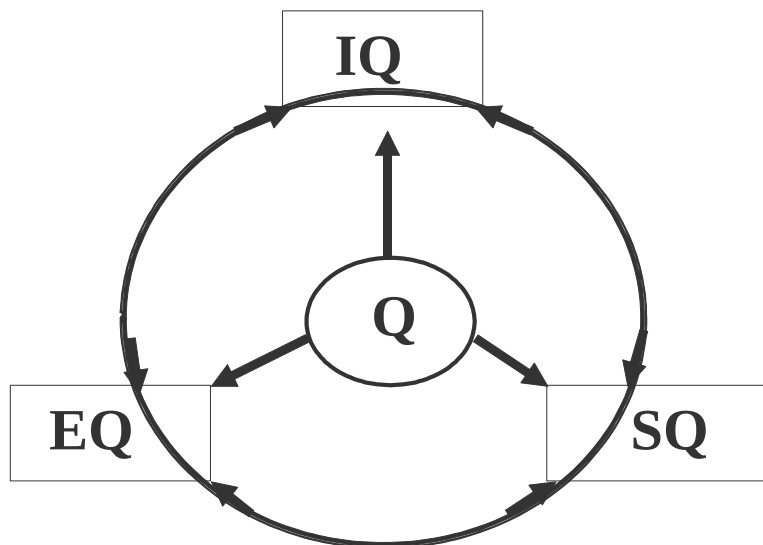
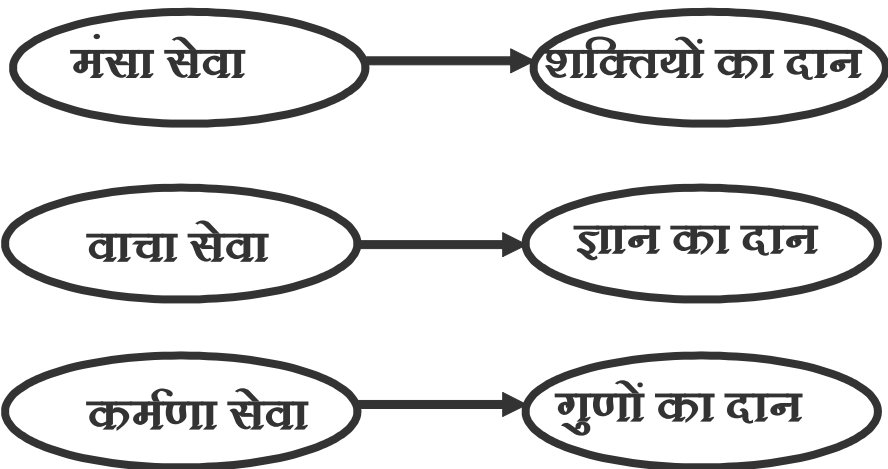
विषय सूची

स.क.	टॉपिक्स	पेज क्र.
1	मंसा सेवा की आवश्यकता क्यों है?	2-8
2	मंसा सेवा का अर्थ क्या है?	8-14
3	मंसा सेवा के साधन क्या है?	14-15
4	मंसा सेवा कौन कर सकता है अथवा मंसा सेवाधारी में क्या योग्यातायें होनी चाहिए?	15-24
5.	मंसा सेवा से अपेक्षायें क्या है?	24-25
6	मंसा सेवा किसकी करनी है, किस लिए करनी है और किस विधि से करनी है? मंसा सेवा की सामग्री क्या है और उस पर सेवा करने हेतु विधि क्या है?	25-34



मंसा सेवा की आवश्यकता क्यों है?





➤ वाचा सेवा की आवश्यकता क्यों है?

हर व्यक्ति की चाहत या आवश्यकता क्या है?

जीवन में सुख, शान्ति, प्रेम, आनन्द, शक्ति, शुद्धि और ज्ञान की प्राप्ति करना। उसके लिए ही हरेक अपने-अपने तरीके से प्रयास करता है पर फिर भी वह उसे प्राप्त नहीं कर पाता है। कारण क्या है प्राप्त नहीं कर पाने का? जिस तरीके से प्राप्त करने का प्रयास कर रहा है व्यक्ति वो तरीका सही नहीं है।

तो सही तरीका क्या है या कौनसे कदम उस आवश्यकता को पूरा करने के लिए उठाने चाहिए उसकी विधि हम समझेंगे।

इसे हम पानी के उदाहरण से समझेंगे। पानी भी हरेक के जीवन की आवश्यकता है। इस आवश्यकता को पूरा करने के लिए उठाये जाने वाले आवश्यक कदम निम्न प्रकार हो सकते हैं:—

1. पानी स्टोर करने के लिए स्टोरेज टैंक का प्रबन्ध
2. पानी के सोर्स का पता
3. सोर्स और स्टोरेज टैंक के बीच कनेक्शन कराने की प्रक्रिया
4. जिस सोर्स से कनेक्शन लिया है उससे पानी प्राप्त करने के समय की जानकारी
5. स्टोरेज टैंक की क्षमता
6. स्टोरेज टैंक की स्वच्छता का प्रबन्ध
7. स्टोरेज टैंक में गंदगी प्रवेश न करे इसके लिए ढक्कन लगाने का प्रबन्ध

8. स्टोरेज टैंक में कोई लीकेज हो तो उसको दूर करने का प्रबन्ध
9. स्टोरेज टैंक में स्टोर किये पानी का वेस्टेज न हो उसका प्रबन्ध

इसी तरह जीवन में सुख, शान्ति, प्रेम, आनन्द, शक्ति, शुद्धि और ज्ञान की अनुभूति करने के लिए उठाये जाने वाले आवश्यक कदम निम्न प्रकार से हो सकते हैं:—

1. अनुभूति की चाहत रखने वाली मैं कौन ?
2. जिन गुणों की अनुभूति करना चाहती हूँ उन गुणों का सागर/दाता कौन ?
3. गुणों की अनुभूति की चाहत रखनेवाली मैं और गुणों के सागर के बीच

कनेक्शन की विधि ।

4. गुणों के सागर से गुणों की प्राप्ति करने का समय ।
 5. जरूरत अनुसार अनुभूति करने या जमा का खाता बढ़ाना ।
 6. अनुभूति करने वाली मुझ आत्मा में बहुत जन्मों का जो मैलापन है उसे स्वच्छ करना ।
 7. अनुभूति करने वाली मुझ आत्मा में अब और मैलापन प्रवेश न करे ।
 8. अनुभूति करने वाली मुझ आत्मा से प्राप्तियों का लीकेज ना हो ।
 9. अनुभूति करने वाली मैं आत्मा से प्राप्तियों का वेस्टेज न हो ।
- इन सब बातों को जानना, मानना और उस पर चलना ।

बताये गये उपरोक्त आवश्यक कदम अनुसार 7 दिन का ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग का बेसिक कोर्स डिजाइन किया हुआ है जिसके अन्तर्गत-

1. आत्मा का ज्ञान
2. परमात्मा का ज्ञान
3. समय का ज्ञान
4. कर्मों का ज्ञान/जन्मों का ज्ञान

5. धर्मों का ज्ञान

6. राजयोग मेडिटेशन और उससे प्राप्त होने वाली गुण शक्तियों का ज्ञान

7. नियम, धारणा आदि का समावेश है।

यही 7 दिन का कोर्स वाचा सेवा के अन्तर्गत जिज्ञासुओं को देते हैं।

➤ वाचा सेवा की सीमायें

1. वाचा सेवा द्वारा विश्व की सभी आत्माओं को सन्देश देना/ साप्ताहिक कोर्स कराना सम्भव नहीं है ।
2. वाचा सेवा द्वारा सन्देश देने में/ साप्ताहिक कोर्स कराने में समय लगता है अर्थात् वाचा सेवा तीव्र गति की सेवा नहीं है ।
3. वाचा सेवा तो उनकी ही कर सकते हैं जो सामने हों/ सम्मुख हो अथवा जिनकी वाचा सेवा करना है उनके पास जाना पड़े ।
4. वाचा सेवा का चांस सदैव मिल ही जाये ये जरूरी नहीं है वाचा सेवा में समय भी लगता है, सम्पत्ति भी लगानी पड़ती है, हलचल में भी आ जाते हैं, थकान भी होती है ।
5. वाचा सेवा में तेरी-मेरी का टकराव, नाम-मान-शान का टकराव, स्वभाव- संस्कारों का टकराव, समय-सम्पत्ति का अभाव आदि विघ्न पड़ सकते हैं ।
6. वाचा सेवा फिर भी हृद की सेवा है बेहृद की नहीं ।
7. वाचा सेवा से वारिस आत्मायें नहीं निकलती हैं, शक्तिशाली आत्मायें नहीं निकलती हैं ।
8. वाचा सेवा द्वारा सन्देश तो दे सकते हैं/ साप्ताहिक कोर्स तो करा सकते हैं लेकिन आत्माओं में बल/हिम्मत नहीं भर सकते और अगर भर भी दें तो सदाकाल के लिए नहीं भर सकते हैं ।
9. वाचा सेवा उन आत्माओं की नहीं की जा सकती जो अति दुःखी/पेशान/अशान्त/बेचैन/उदास/हतास/तनावग्रस्त हैं अर्थात्

जो

सन्देश/कोर्स सुनने की स्थिति में ही नहीं है ।

10. वाचा सेवा भीड़ के समय/ अशान्ति के समय पर नहीं की जा सकती ।

11. वाचा सेवा महाविनाश की घड़ियों में नहीं की जा सकती ।

12. वाचा द्वारा हृद की प्रकृति की सेवा नहीं की जा सकती अर्थात् तन के दुःख- दर्द को /कर्मभोग को हल्का नहीं किया जा सकता ।
13. वाचा द्वारा बेहद प्रकृति की सेवा नहीं की जा सकती ।
14. वाचा सेवा द्वारा वातावरण/वायुमण्डल को शक्तिशाली नहीं बनाया जा सकता है, निर्विघ्न नहीं बनाया जा सकता ।
15. वाचा सेवा द्वारा भक्तों को/प्रजा को साक्षात्कार नहीं कराया जा सकता ।

ब्राह्मण आत्माओं पर जिम्मेवारी किस-किस बात की है ?

1. विश्व की सभी आत्माओं को सन्देश देने की, ब्राह्मण परिवार की वृद्धि करने की, 9 लाख आत्माओं का आह्वान करने की ।
2. सेवा की गति को फास्ट करने की ।
3. बेहद यज्ञ की स्थूल सेवा करने की ।
4. सेवा में सदैव बिजी रहने की ।
5. वारिस आत्माओं को, शक्तिशाली आत्माओं को निकालने की ।
6. एक स्थान पर बैठे पूरे विश्व की सेवा करने की ।
7. आत्माओं में बल भरने की ।
8. अति दुःखी/पेशान/अशान्त/बेचैन/उदास/हतासत/नावग्रस्त आत्माओं की सेवा करने की ।
9. अशान्ति के समय/भीड़ के समय भी सेवा करने की ।
10. महाविनाश की घड़ियों में भी सेवा करने की ।

11. हृद/बेहृद की प्रकृति की सेवा करने की।
12. वातावरण/वायुमण्डल को शान्तिकुण्ड, शक्तिशाली और निर्विघ्न बनाने की
13. भक्तों को/प्रजा को साक्षात्कार कराने की।
14. सेवाओं में हलचल से मुक्त और अथक रहने की।
15. तेरी-मेरी के टकराव, नाम-मान-शान के टकराव, स्वभाव-संस्कारों के टकराव, समय-सम्पत्ति के अभाव आदि विघ्नों से मुक्त रहने की ।

इसलिए आवश्यकता है सेवा के एक ऐसे साधन कि जिससे ब्राह्मण आत्माओं पर जो जिम्मेवारी है उसको पूरा किया जा सके। तो वह साधन है मंसा सेवा ।

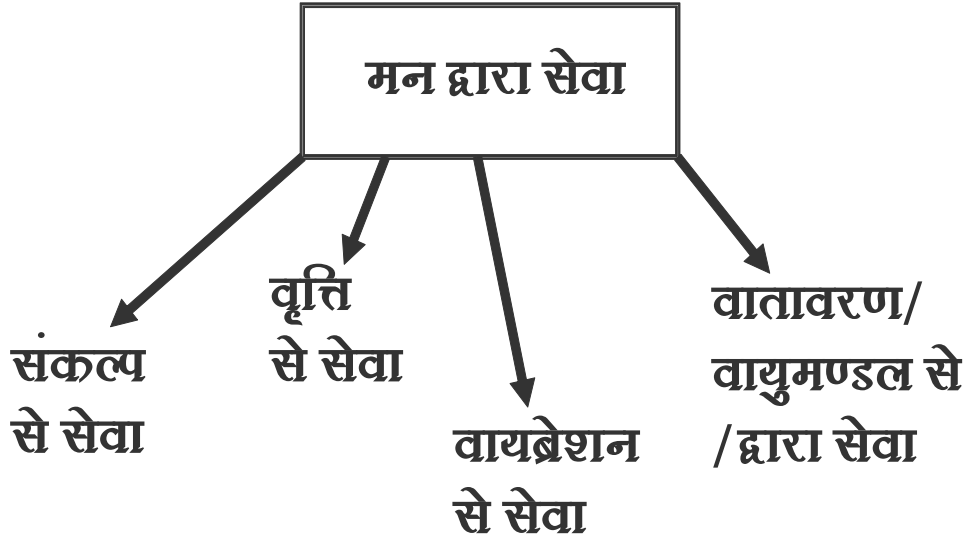
मंसा सेवा का अर्थ

- मन/मंसा द्वारा सेवा करना
- याद में रहकर सेवा करना
- मन क्या है ?

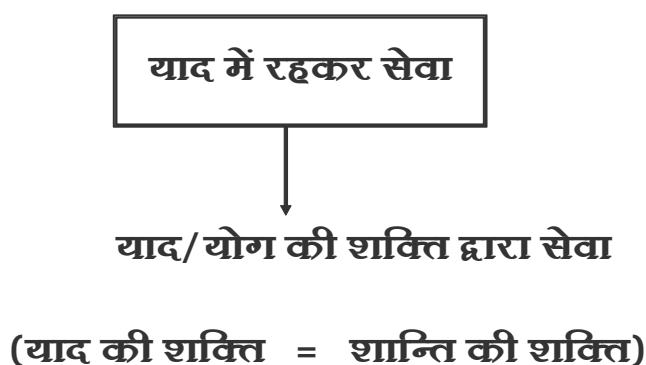
१. संकल्प करने की शक्ति का नाम मन है।

संकल्पों की उत्पत्ति करने के साधन का नाम मन है।

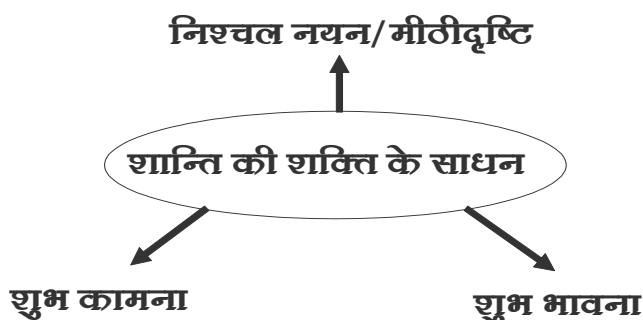
संकल्प वृत्ति वायब्रेशन वातावरण/ वायुमण्डल



याद अर्थात् मन-बुद्धि को परमात्मा में एकाग्र करना और उसकी शक्तियों से स्वयं को भरपूर करना । याद माना योग । योग को बुद्धियोग भी कहते हैं क्योंकि याद में मन चिन्तन करता है बुद्धि उसका चित्रण (विजुअलाइजेशन) करती है ।



शान्ति की शक्ति अर्थात् मन की स्थिरता/एकाग्रता ।



मन सूक्ष्म है इसलिए मन द्वारा की गई सेवा सूक्ष्म सेवा है । सकाश देना अर्थात्

सूक्ष्म सहयोग देना ।सहयोग देना भी सेवा करना ही है ।तो सकाश देना माना
ही सूक्ष्म सेवा करना ।इसलिए सकाश देना माना मंसा सेवा करना ।

चित्रण(विजुअलाइजेशन) करने में सफलता न मिलने के कारण और उसका निवारण

➤ चित्रण (विजुअलाइजेशन) क्या ?

स्थूल सत्ता (वस्तु, व्यक्ति, स्थान आदि) को देखने के लिए हमारे पास जो साधन है स्थूल आँखें और वैसे ही

सूक्ष्म सत्ता (आत्मा, परमात्मा, सूक्ष्मवतन, मूलवतन आदि) जो इन स्थूल आँखों से नहीं देखी जा सकती है उसे देखने के लिए हमारे पास जो साधन है वो है — बुद्धि रूपी आँख। बुद्धि रूपी आँख से देखने की प्रक्रिया को चित्रण (विजुअलाइजेशन) कहा जाता है।

चित्रण विजुअलाइजेशन करने में सफलता नहीं मिलने के कारण

मेडिटेशन में, मंसा सेवा में विजुअलाइजेशन का ही बहुत बड़ा रोल है। लेकिन प्रायः यही शिकायत सुनने को मिलती है कि हम विजुअलाइजेशन नहीं कर पाते हैं या विजुअलाइजेशन करने में हमें सफलता नहीं मिलती है। तो आइये हम इसके कारण और निवारण को देखें

विजुअलाइजेशन करने में सफलता न मिलने के कारण और उनका निवारण

इसे समझने के लिए हम पहले ये देखेंगे कि स्थूल आँखें जिनका काम है देखना वो किसी वस्तु को ठीक तरह से कब देख पाती हैं ?

जब

- ◆ आँखें खुली हों
- ◆ आँखों में नूर/प्रकाश/ज्योति हो ।

- ◆ आँखें साफ-स्वच्छ हों (कचरे से मुक्त हो) ।
- ◆ आँखें शक्तिशाली हों(कमजोर न हों) ।
- ◆ आँखों में थकान या नींद का बोझ न हों ।
- ◆ जिस वस्तु को देखना है उस पर प्रकाश हों
- ◆ जिस वस्तु को देखना है उसी वस्तु पर नजर हो अर्थात् देखने वाला व्यक्ति वस्तु को देखने के बजाय कुछ और न देखे ।
- ◆ आँखों में स्थिरता हो (पलके बहुत जल्दी-जल्दी न झपकती हो)
- ◆ वस्तु और आँखों के बीच –
पर्दा न हो, दिवार न हो ,फागी /(कोहरा)न हो, बादल न, हो धुआँ न हो ।

इसी तरह बुद्धि रूपी आँख भी कब ठीक तरह से
विजुअलाइज कर
पायेगी ?

➤ जब –

- ◆ बुद्धि रूपी आँख खुली हो अर्थात् संकल्प का स्विच आन हो ।
- ◆ बुद्धि रूपी आँख में नूर/ज्योति/प्रकाश हो अर्थात् ज्ञान रत्नों (ज्ञान को प्रकाश भी कहते हैं) का भण्डार हो ।
- ◆ बुद्धि रूपी आँख साफ-स्वच्छ हो (कचरे से मुक्त हो) अर्थात् व्यर्थ संकल्पों के कचरे से मुक्त हो ।
- ◆ बुद्धि रूपी आँख शक्तिशाली हो (कमजोर न हो) अर्थात् बाप जो

बुद्धिवानों की बुद्धि है उसके साथ बुद्धि की लिंक जुड़ी हो ।

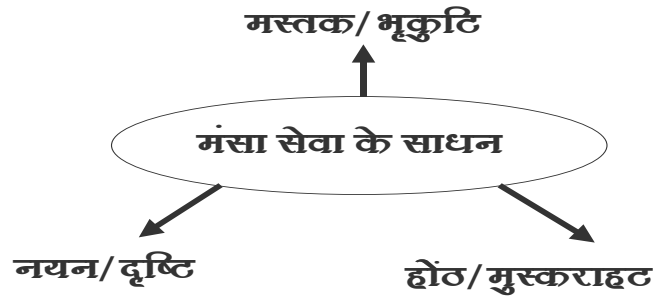
➤ बुद्धि रूपी आँख में –

- ६३ जन्मों के पिछले संस्कार रूपी, विकर्मों का बोझ न हो ।
- किसी भी प्रकार के लगाव, झुकाव, प्रभाव और वैरभाव से ग्रस्त न हो ।
- शारीरिक और मानसिक थकान का बोझ हो ।

- बुद्धि रूपी आँख की लिंक जिसको विजुअलाइज करना है उसके साथ हो अर्थात् बुद्धि रूपी आँख किसी और बात में मग्न न हो।
- बुद्धि रूपी आँख स्थिर हो/एक टिक हो/एकाग्र हो।
- बुद्धि रूपी आँख और उससे जिसको विजुअलाइज कर रहे हैं उसके बीच -
- पर्दा न हो अर्थात् व्यर्थ चिन्तन न हो ,ज्ञान का सिमरण हो।
- दीवार न हो अर्थात् ईर्ष्या, द्वेष, नफरत, वैरभाव आदि न हो।
- फागी न हो अर्थात् मूँझ/उलझन/द्वंद न हों।
- बादल न हो अर्थात् समस्याओं, परिस्थितियों, विघ्नों के वशीभूत न हो।
- धुआँ न हो अर्थात् बददुआओं/हाय की शिकार न हों।

मंसा सेवा के साधन क्या है ?





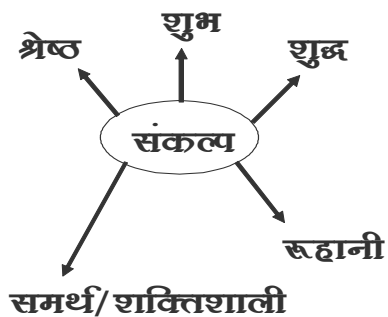
मंसा सेवा कौन कर सकता है अथवा मंसा सेवाधारी में क्या योग्यतायें

होनी चाहिए?

मंसा सेवा वो कर सकता है जिसका:-

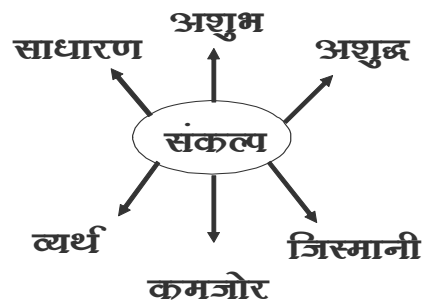
- मन (संकल्प/चिन्तन, वृत्ति, वायब्रेशन, वातावरण), बुद्धि, भावना (दिल, चेहरा (मस्तक, नयन, होंठ, मुख के बोल, व्रत, स्थिति, अभ्यास, कर्म ऐसा हो.....

जिनके पास ऐसे संकल्पों का स्टॉक हो

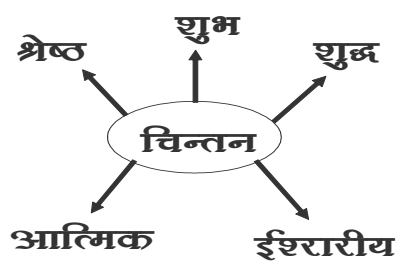


इन संकल्पों का सोर्स रोज की मुरली

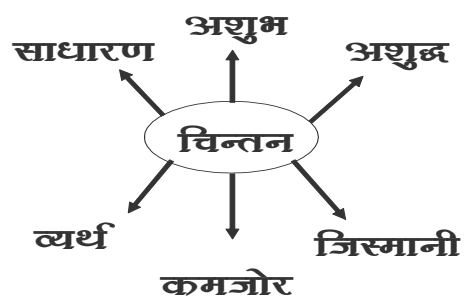
जो ऐसे संकल्पों से मुक्त हो



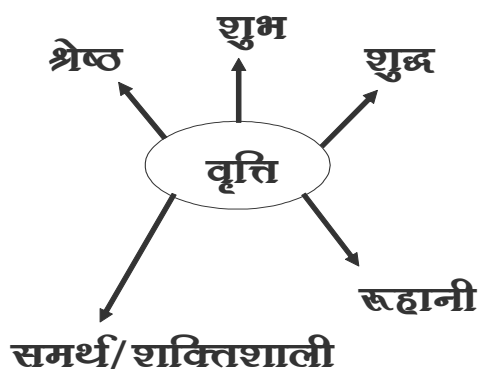
जो ऐसे चिन्तन में व्यस्त हो



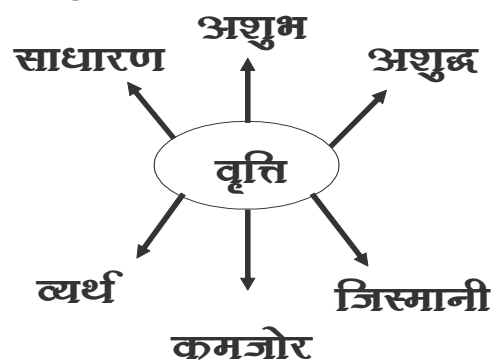
जो ऐसे चिन्तन से मुक्त हो



जिनकी वृत्ति ऐसी हो

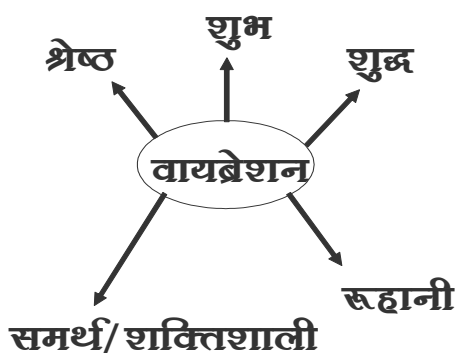


जो इन वृत्तियों से मुक्त हो



डिटरमिनेशन और रियलाइजेशन के साथ एक ही संकल्प को बार-बार स्मृति में लाने से वृत्ति बनती है

जो ऐसे वायब्रेशन फैलाता हो

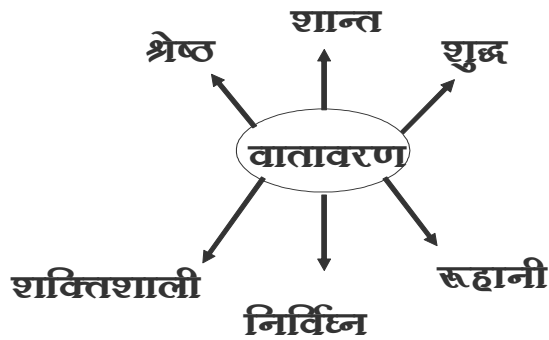


जो इन वायब्रेशनों से मुक्त हो

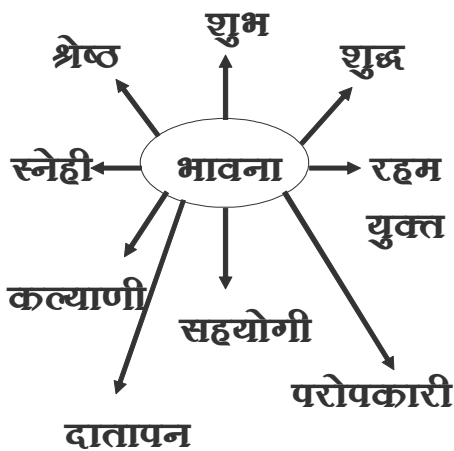


एक ही संकल्प/स्मृति/स्थिति/स्वमान/स्वरूप में स्थित होने तथा अन्य श्रेष्ठ संकल्पों को भी स्टाप लगा देने से शक्तिशाली वायब्रेशन उत्पन्न होते हैं।

जो अपनी स्थिति से ऐसा वातावरण बनाता हो



जिनकी भावना ऐसी हो

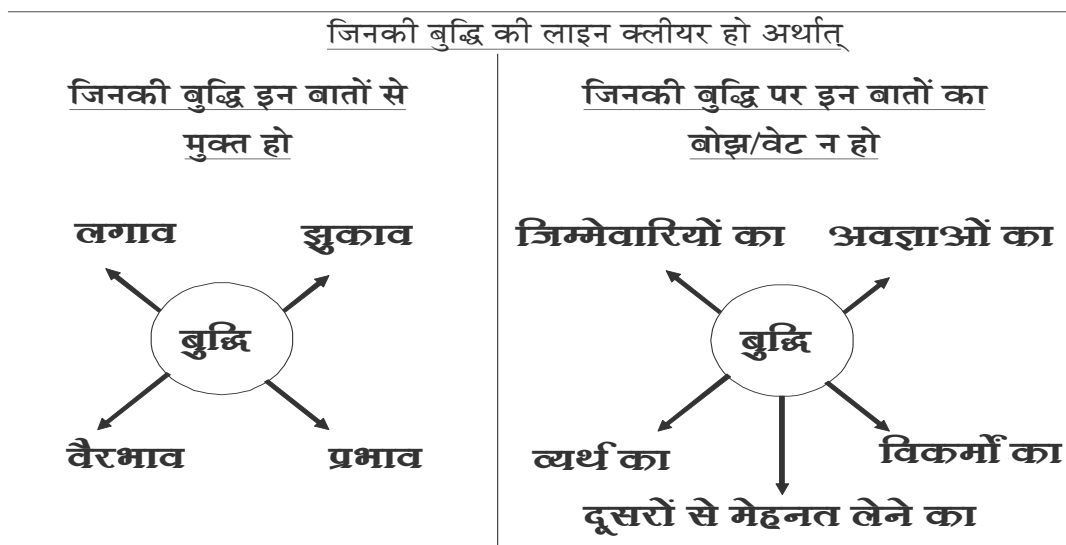


जो इन भावनाओं से मुक्त हो



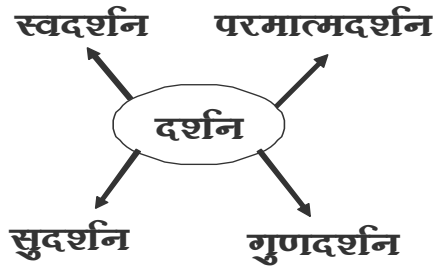
परोपकारी कैसे बने ? यह जानने के लिए तारीख 12.12.78 की वाणी देखिये ।

नोट - शुभ भावना, शुभ कामना का बीज है - निमित्त भाव। भावना का फल तब मिलता है। जब भावना निश्चयबुद्धि होकर की गई हो।

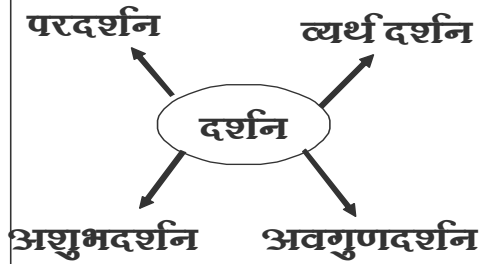


जिनकी बुद्धि का बाप-दादा के साथ निरन्तर क्लीयर कनेक्शन हो।

जिनकी बुद्धि रूपी आँख ऐसा दर्शन करने में व्यस्त हो



जिनकी बुद्धि रूपी आँख ऐसा दर्शन करने से मुक्त हो

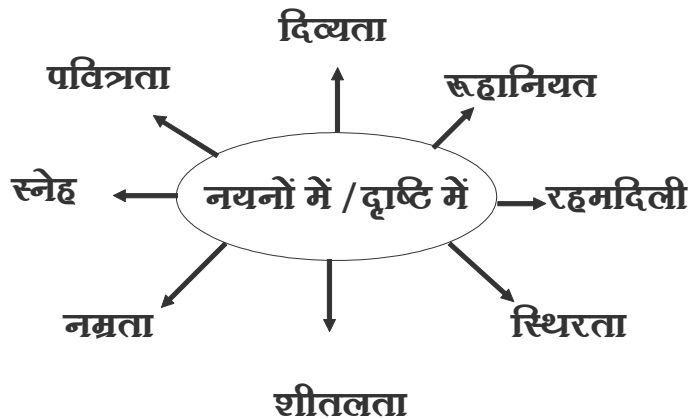


जिनका चेहरा दर्शनीय मूर्त हो जिनके चेहरे पर मात-पिता (बाप-दादा) और श्रेष्ठ परिवार से बिछुड़े हुए कल्प बाद मिलने के सुख की ललक हो।

जिनके मस्तक से मस्तक मणि की अनुभूति देती हो, मस्तक में रूहानियत की चमक हो। अर्थात् जैसे मस्तक में तिलक चमकता है वैसे भाई-भाई की स्मृति अर्थात् आत्मिक स्मृति की निशानी उनके मस्तक बीच बिन्दी चमक रही हो।

जिनके मस्तक के ऊपर पवित्रता की लाइट का ताज हो। जिनके नयनों में रूहा-नियत की चमक, रूहानी नजर हो, रूहानी प्रेम की झलक हो। रूहानी नजर माना जिस्म को देखते हुए न देख रूहों को देखने की नजर

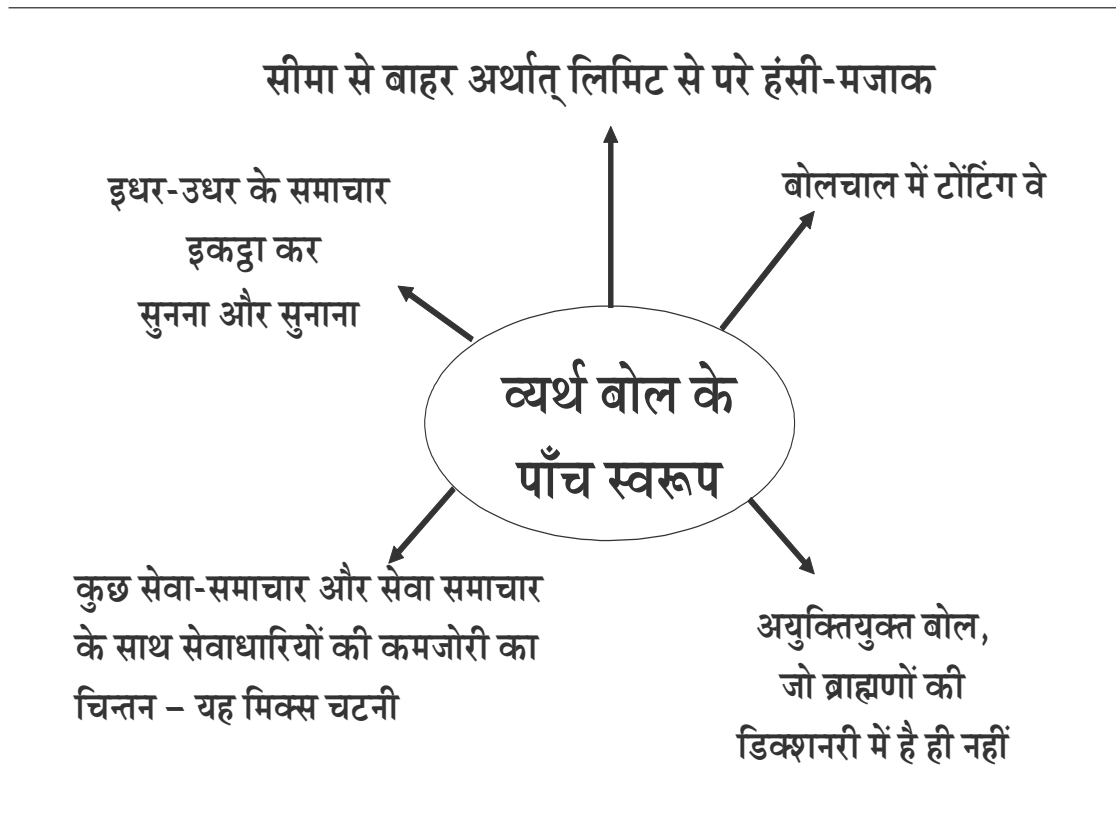
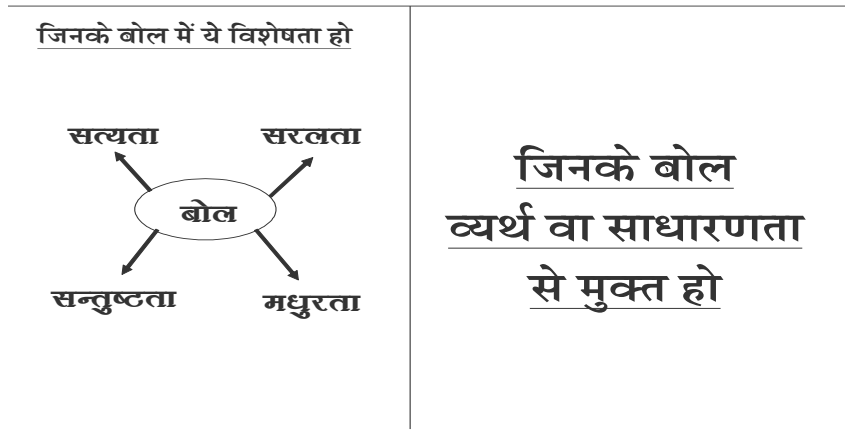
जिनके नयनों/दृष्टि में ऐसी विशेषतायें हो



जिनके नयनों की दुनिया में ऐसी दुनिया बसी हो



जिनके मुख से वरदानी बोल/वचन निकलते हो और जिनके बोल में ये विशेषतायें हो:-

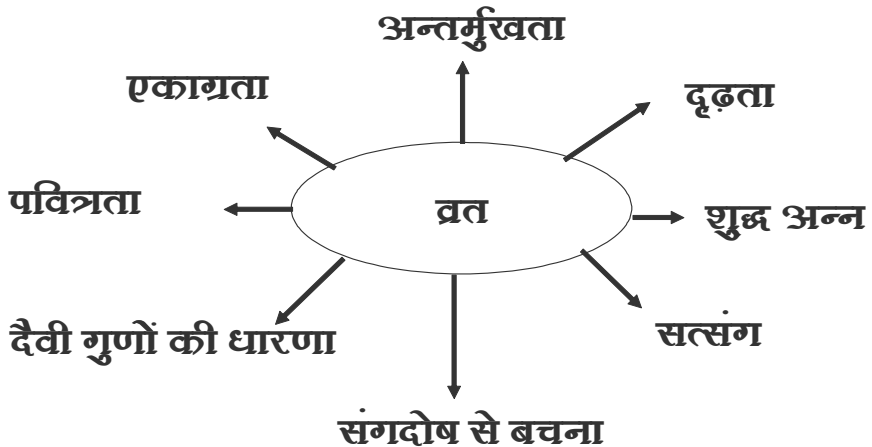


जिनकी स्थिति/अवस्था ऐसी हो

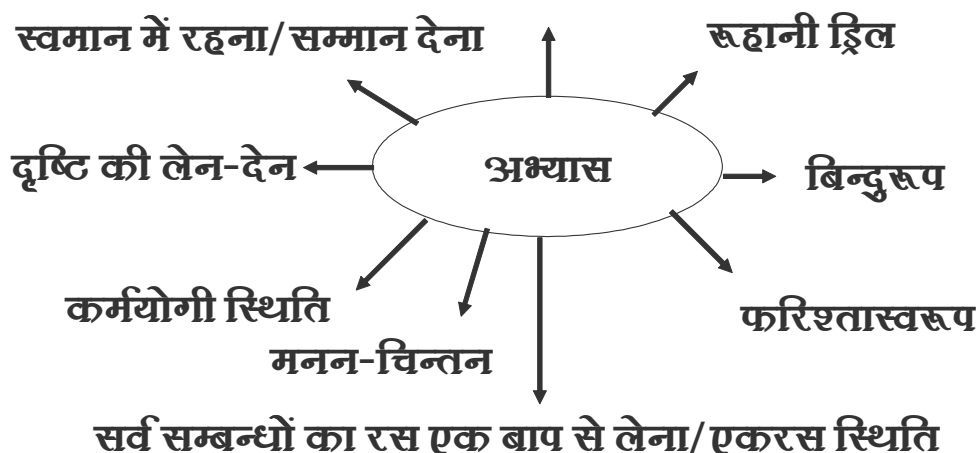


विशेष – स्थिति बनती है स्मृति से

पवित्रता के अलग-अलग प्रकार



जिनको इन बातों का अभ्यास हो
पावरफुल अमृतवेला



जिनके व्यर्थ कर्म न हो। जिनकी कर्मेन्द्रियाँ शीतल हो।

➤ मंसा सेवा से क्या-क्या करना है ? अथवा मंसा सेवा से क्या-

क्या अपेक्षाएँ हैं?

कम समय, कम खर्च, कम मेहनत में ब्राह्मण परिवार की वृद्धि हो, 9 लाख ब्राह्मण आत्माये, सहज तैयार हो जाये। विश्व की आत्माओं में ये आवाज फैले कि कोई शक्ति, कोई रूहानियत अपनी तरफ आकर्षित कर रही है और इस आवाज के आधार से मिलने के लिए ढूँढ़ने निकलें या एक सेकण्ड सिर्फ दर्शन करने के लिए तड़फें। 'बाप आ गया' - ये आवाज

पहुँचेगी तो वे फिर उस बाप को ढूँढ़ते-ढूँढ़ते आपके पास आकर
पहुँचेंगे। आत्माओं के पास आप ब्राह्मणों के मन की आवाज पहुँचे और
उन्हें लगे कि कोई बुला रहा है, कोई कुछ कह रहा है, और यह आवाज
तब तक उनका पीछा करती रहे जब तक कि वे आपके पास न आयें। हर
एक आत्मा के बुद्धि का परिवर्तन ऐसा हो

जाये कि उनके मुख से 'अहो प्रभु' चाहे 'बाप' शब्द निकले, और इस तरह परमात्मा की प्रत्यक्षता शीघ्र हो जाये।

घर बैठी हुई आत्मा आपके पास ऐसे आ पहुँचे कि जैसे कोई को हाथ से पकड़ कर लाया जाता है। आत्माओं को ये अनुभव हो कि कोई लाइट की बिन्दी आयी, विचित्र अनुभव कराके गयी ? यह चर्चा बढ़ती जाये कि यह कौन थे? कहाँ से आये? क्या देकर गये? आकाश के सितारों की तरह आप धरती के सितारों/'दिव्य ज्योति' का चारों ओर अनुभव करें।

आपका फरिश्ता स्वरूप चारों ओर देखने में आये और आवाज निकले कि यह कौन हैं जो चक्कर लगाते हैं? आप लोगों को देखते ही उन्हें साक्षात्कार हो जाये और समझें कि यह वही ब्रह्माकुमार-कुमारियाँ हैं जो फरिश्ते रूप में साक्षात्कार करा रही हैं। ऐसा साक्षात्कार हो कि दूसरे भी उनको देखकर जब आपके पास आये तो उन्हें भी यही अनुभव हो कि हाँ हमारे पास यही फरिश्ता आया था। और इस प्रकार सभी फरिश्तों को ढूँढने निकलें।

आपके सम्पर्क में आने वालों को आपसे चलता-फिरता लाइट हाउस, माइट हाउस का अनुभव हो। चलते-फिरते 'शान्ति यज्ञ कुण्ड' का अनुभव हो। दूर से ही आपको आता देख ये अनुभव करें कि यह 'शान्ति का अवतार' शान्ति देने आया है। चारों ओर की आत्मायें शान्ति की किरणों के आधार पर शान्ति कुण्ड की तरफ, शान्ति के अवतार की तरफ खिंची हुई आयें।

जैसे काङ्ग्रेस आदि में आने के लिए आप निमंत्रण देते हो ऐसे ही आप शान्ति की शक्ति के पुँज के रूप में ऐसे प्रख्यात हो जाओ कि वो आपको निमंत्रण दें कि हे शक्ति, शान्ति के अवतार इस अशान्ति के स्थान पर आकर शान्ति दो। विश्व में अशुद्ध वृत्ति की जो बहुत बढबू है वह मिट जाये और शुद्ध वृत्ति की खुशबू फैलती जाये। विश्व में जो अनेक तडफती हुई, भटकती हुई, पुकार करने वाली आत्मायें हैं उन्हें आनन्द, शान्ति, शक्ति आदि की अनुभूति हो जाये।

अपने एवं अन्य आत्माओं के स्वभाव-संस्कार, वृत्ति दृष्टि आदि में परिवर्तन आये। हृद की प्रकृति अर्थात् तन की व्याधि (दुःख-दर्द) सूली से काँटे के समान अनुभव हो। बेहद की प्रकृति का परिवर्तन/तत्वों का शुद्धिकरण अर्थात् प्रकृति/तत्व आपकी आवश्यकतानुसार आपको अनुकूलता की अनुभूति प्रदान करें।

सम्पर्क में आने वाली आत्माओं को संकल्प से याद करें और आपकी वह याद उन्हीं के पास पहुँचे और कहे कि हमने भी बहुत बारी आपको याद किया था। चेहरा दर्पण का काम करें जिस दर्पण में आप नहीं दिखाई दें लेकिन बाप दिखाई दे। चेहरे की मुस्कराहट औरों को अविनाशी खुशी का अनुभव कराये। दो नयनों से ज्वाला दिखाई दे, फरिश्ता रूप और दैवी रूप का साक्षात्कार हो। मुख द्वारा वरदान के बोल निकलते हुए दिखाई दे।

➤ मंसा सेवा किसकी करनी है, किस हेतु करनी है और किस विधि से करनी है?

अथवा

➤ मंसा सेवा की सामग्री क्या है और सेवा करने का हेतु एवं विधि क्या है?

1. मंसा सेवा किसकी करनी है?

1. आत्मा 2. शरीर 3. पाँचों तत्व 4. वातावरण/वायुमण्डल
5. लौकिक/अलौकिक कार्यक्रम, प्लानिंग, सफर आदि
6. भौतिक साधन

मंसा सेवा किसकी करनी है?

1) आत्मा- ● निज आत्मा ● अन्य आत्मा

2) प्रकृति – हृद की प्रकृति/शरीर

बेहृद की प्रकृति

● पाँच तत्व ● पाँच तत्वों के विघ्न/ प्राकृतिक आपदायें
विघ्न/आपदाओं के अलग-अलग प्रकार :-

● सायक्लान ● तुफान ● बाढ़ ● भुकम्प ● अतिवृष्टि ●
अनावृष्टि ● महामारी ● आग आदि

(3) वातावरण/वायुमण्डल:-

हृद का वातावरण/वायुमण्डल

अलग-अलग प्रकार की हृदें

● सेवास्थान ● निवासस्थान ● कार्यस्थल ● कार्यक्रम स्थल ●
एरिया ● शहर ● राज्य ● देश

बेहृद का वातावरण/ सम्पूर्ण विश्व का वातावरण

(4) लौकिक/अलौकिक कार्यक्रम, प्लानिंग, सफर

(5) संकट/विपत्ति, घटना/दुर्घटना

(6) भौतिक साधन

अलग-अलग प्रकार के साधन (कार, कम्प्युटर, मशीन ...)

2. मंसा सेवा किसकी करनी है?

1. आत्मा की मंसा सेवा । 2. प्रकृति की मंसा सेवा । 3. वातावरण/वायुमण्डल की मंसा सेवा । 4. कार्यक्रम, मीटिंग, सफर, प्लानिंग (व्यक्तिगत, सामाजिक, व्यापारिक, ईश्वरीय या अन्य किसी भी प्रकार का) आदि की मंसा सेवा ।
5. भौतिक साधनों की मंसा सेवा ।
 1. आत्मा की मंसा सेवा

(1).निज आत्मा की मंसा सेवा –

- स्वपरिवर्तन/आत्मपरिवर्तन स्वयं के मनोबल में वृद्धि करने हेतु।
- अपनी ऐसी कोई कमजोरी/संस्कार जो समय-प्रति-समय विघ्न रूप बनता हो उसके परिवर्तन हेतु।
- दृष्टि-वृत्ति की चंचलता को रूहानियत में परिवर्तन करने हेतु
- किसी भी बात अथवा आत्मा के प्रति अपनी वृत्ति में भरी हुई साधारणता/नकारात्मकता का परिवर्तन करने हेतु।
- इस जन्म में जाने-अनजाने में हुये विकर्मों को दग्ध करने हेतु ।
- पिछले 63 जन्मों के विकर्मों को दग्ध करने हेतु ।
- पूर्व जन्मों के किसी हिसाब-किताब के कारण किन्हीं आत्माओं के साथ हमेशा सम्बन्धों में रहनेवाले तनाव के अनुभव को समाप्त करने हेतु।
- सम्बन्धों में कटुता या तनाव के कारण चित्त में आये भारीपन को हल्का करने के लिए।

(2) अन्य आत्माओं की मंसा सेवा

- जो आत्मा अपना 'परिवर्तन' नहीं कर सकती उसका 'परिवर्तन' आपके स्वपरिवर्तन की शक्ति सहज कर सकती है।
- आत्माओं को उनका जीवन श्रेष्ठ, चरित्रवान बनाने की प्रेरणा देने हेतु / आत्माओं को बुरी आदतें (व्यसन आदि), बुरे संग आदि को छोड़ने की प्रेरणा देने हेतु।
- आत्माओं की बुद्धि का परिवर्तन अथवा

बुद्धि का ताला खोलने हेतु/बाप से कनेक्शन-रिलेशन जुड़वाने हेतु व स्वर्ग के वरसे का अधिकारी बनाने हेतु। •

निराश/हताश/उदास/गमगीन/निर्बल आत्माओं में आशा का, उमंग-उल्लास का, हिम्मत का संचार करने हेतु।

• दुःखी/अशान्त/प्यासी/तडफती/भटकती आत्माओं को सुख, शान्ति, प्रेम, आनन्द, शक्ति आदि की अनुभूति कराने हेतु।

- किसी प्रकार की दुर्घटना या अन्य किसी कारण से हुई सामुहिक मृत्यु में शरीर छोड़नी वाली आत्माओं को सकाश देने हेतु।
- दिव्य प्रसारण और दिव्य श्रवण करने हेतु (आवाज सुनाने और सुनने हेतु)।
- आत्माओं को अपने मन की बातें, ज्ञान, मुरली आदि सुनाने हेतु।
- आत्माओं के मन की बात, दिल की पुकार आदि सुनने हेतु।
- दिव्य दर्शन /साक्षात्कार करने और कराने हेतु।
- अपने तथा अन्य आत्माओं के मानस पटल पर एक दूसरे की यथार्थ स्थिति का स्पष्ट चित्र देखने हेतु।
- वारिस/भक्त/प्रजा आत्माओं को साक्षात्कार कराने हेतु।

2. प्रकृति की मंसा सेवा का हेतु

(1) हृद की प्रकृति/शरीर की मंसा सेवा का हेतु

- अपने शरीर के रोग और उस रोग के कारण उत्पन्न हुये दुःख-दर्द की अनुभूति को हल्का करने हेतु अर्थात् कर्मभोग को हल्का करने हेतु
- अपने शरीर में शक्ति और स्फूर्ति का संचार करने हेतु

इसी तरह से अन्य रोगियों की सामूहिक मंसा सेवा हेतु

(2) बेहद की प्रकृति की मंसा सेवा

- पाँच तत्वों को पावन/सतोप्रधान बनाने हेतु

- पाँच तत्वों के विघ्न/प्राकृतिक आपदाओं को कण्ट्रोल करने हेतु
अथवा उनके प्रभाव से स्वयं को बचाने हेतु
- भोजन, जल आदि के शुद्धिकरण हेतु

3.हृद और बेहृद के वातावरण की मंसा सेवा

- वातावरण को निर्विघ्न, शक्तिशाली बनाना
- वातावरण में सुख, शान्ति, प्रेम, आनन्द आदि की लहर/खुशबू फैलाना

4. कार्यक्रम, मीटिंग, सफर, प्लानिंग (व्यक्तिगत, सामाजिक, व्यापारिक, ईश्वरीय

या अन्य किसी भी प्रकार का) आदि की मंसा सेवा

- उसको सफलता पूर्वक सम्पन्न करना ।
- उसमें आयी हुई परिस्थिति/समस्या/संकट/विपत्ति/ घटना/ दुर्घटना/विघ्न आदि को टालने अथवा उसके समाधान हेतु।

5. भौतिक साधनों की मंसा सेवा

- साधनों को लम्बे समय तक चलाना
- समय पर साधनों द्वारा कोई विघ्न खड़े न हों इसके निमित्त सकास देना।

➤ मंसा सेवा किसकी, किस से और किस विधि से करनी है?

मंसा सेवा की सामान्य विधि

1. शारीरिक और मानसिक रूप से सहज रिलैक्स हो जायें।
2. देह से अनासक्त हो जायें।
3. पावरफुल बिन्दुरूप स्थिति/फरिश्ता स्थिति बनायें।
4. अब निमित्त भाव धारण करें अर्थात् बाबा से बातें करें – बाबा! मंसा सेवा के लिए आपने मुझे निमित्त बनाया है लेकिन करनकरावनहार तो आप हैं।

5. अब बाबा के सम्मुख रहकर ही दृढ़ निश्चय करें – मैं कल्प-कल्प की विजयी आत्मा हूँ। सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। सेवा का फल ड्रामानुसार समय पर आयेगा।
6. अब मंसा सेवा करें। (आप किसकी सेवा करना चाहते हैं और किसलिए करना चाहते हैं उस अनुसार ही विजुअलाइजेशन करना है।
7. मंसा सेवा सम्पन्न करने के बाद वापस बाबा के पास लौट आयेँ और समर्पण भाव धारण करते हुए आपने जो सेवा की है वह सेवा और सेवा का फल बाबा को अर्पित कर दें।
8. अब वापस अपनी पूर्ववत (कर्मयोगी) स्थिति में आ जायें।
9. परिणाम और कमियों का चिन्तन न करें।

आपको मंसा सेवा किसकी और किस प्रकार से करनी है?

- हमें दुःखी-अशान्त आत्माओं की सेवा करनी है और इस हेतु से करना है कि वे शान्ति की गहन अनुभूति करें।
- तो इसके लिए मंसा सेवा की विधि इस प्रकार है –
फरिश्ता रूप धारण कर लें (उपरोक्त पाँच स्टेप्स नम्बर 1, 2, 3, 4 व 5 को फालो करते हुये)।
अब मंसा सेवा आरम्भ करें
- फरिश्ता रूप में उन दुःखी-अशान्त आत्माओं के पास पहुँचे जिनकी मंसा सेवा करना है।
- जिनकी मंसा सेवा करना है उन्हें भी फरिश्ता रूप में देखें।

- उन पर बाबा से प्राप्त की हुई शक्तियों का फोकस डालें।
- फोकस डालते हुए संकल्पों का स्विच आन करें अर्थात् उनके प्रति दिल से शुभचिन्तन आरम्भ करें –

बाबा! ये आत्मायें कितनी दुःखी और अशान्त हैं सुख-शान्ति की अंचली के लिए तडफ रही हैं....बाबा! मैं आपकी सुख-शान्ति की किरणें इन आत्माओं के ऊपर फैलाती हूँ . . . आपकी किरणों का मात्र स्पर्श पाकर ये आत्मायें

कितनी राहत की अनुभूति कर रही हैं ऐसी ही राहत वे अनुभव करती रहें इसके लिए मैं आपकी किरणों का फोकस इन पर निरन्तर बनाये हुए हूँ अब उपरोक्त नम्बर 7, 8, 9 वाली स्टेप फालो करें।

सावधानी – निमित्त भाव, निःस्वार्थ भाव और निश्चयबुद्धि होकर मंसा सेवा करें।
