

आज का पुरुषार्थ 3 August 2022

Source: BK Suraj bhai

Website: www.shivbabas.org

धारणा – “ अब समय चल रहा है गहन तपस्या की करने की ..
इसलिए कुछ सरल विधि जिसे हमें अपनाना है ”

गहन तपस्या का समय चल रहा है और तपस्या का सुख वहीं आत्मायें ले पा रही है ... जिन्होंने अपने लम्बे समय को सफल किये है .. जिन्होंने बुद्धि को स्थिर करने का प्रयास किया है ..

और जिन्होंने बाबा के कार्य में बहुत सहयोग दिया है .. सबके दुआयें प्राप्त की है .. पुण्य जमा किये है ... वह भी अब मेहनत करके योग के सबजेक्ट में सफल हो रहे है।

लेकिन वह आत्मायें जिन्होंने योग को महत्व नहीं दिया, जिन्होंने लम्बे काल से योगमुक्त रहे है, जिन्होंने समय waste किये और यज्ञ में सूक्ष्म विघ्न डालें है ... उन पर अब प्रभु की नजर नहीं है। और उनका पुरुषार्थ भी कठिन होता जा रहा है।

लेकिन अब भी मौका है, चांस अभी भी है। एक सुन्दर सा easy planning करे और पुरुषार्थ को आगे बढ़ाते रहे।

यह समय भी **foundation** बन जायेगा, अब भी जो मेहनत करेंगे। और अपने अंदर सदगुण धारण करेंगे। **पुण्य** का खाता बढ़ायेंगे।

विशेष बात, और **सबकि दुआयें प्राप्त करेंगे**, उन्हें सुख देकर, मदद करके। तो वह भी कुछ न कुछ पा लेंगे। कुछ न कुछ कर लेंगे।

सुन्दर समय चल रहा है, भाग्य बनाने का। भगवान खुले हाथ भाग्य बाँट रहे है।

बाबा जो महावाक्य 40-50-60 साल पहले उच्चारण किये थे वह सब अब सत्य हो रहे है।

अब बारी हमारी है। हमें इस संसार के लिए बहुत कुछ करना है।

तो **तपस्या** का बहुत सुन्दर प्रोग्राम बनायें। FOLLOW FATHER भी करे। और तपस्या भी करे।

बाबा ने अपने **आत्मिक स्वरूप में स्थित** होने की गहन तपस्या की थी, **मम्मा** ने भी और दादियों ने भी की।

क्योंकि तब वह समय था जब बाबा ने योग का **सम्पूर्ण ज्ञान** नहीं दिया था।

केवल .. " **अपने आत्मिक स्वरूप में स्थित हो जाओ** "

.. यही साधना हम सबको सिखाई थी।

जिन्होंने यह **साधना** उस समय बहुत कर ली थी उनको भी **योगयुक्त** होने में बहुत मदद मिल गई।

इसलिए जिनकी साधनायें अब नहीं होती, **बुद्धि स्थिर** नहीं होती .. वे **अशरीरीपन** की और स्वमान की बहुत अच्छी साधना करते रहे।

इससे बुद्धि **परमात्म स्वरूप** पर सहज ही स्थित होती रहेगी। मन में संकल्प रहेगा और **अतिन्द्रिय सुख** की अनुभूति होती रहेगी।

विशेष बात यही है कि आप तपस्या करें। **तपस्या** का अर्थ यही होता है कि बहुत बहुत अभ्यास। अपने को साध-ना, साध लेना।

बार-बार अभ्यास। एक plan बना सकते हैं कि कई बार बैठ कर भी अच्छे अभ्यास हो जाये। और कर्म में भी बहुत अच्छे अभ्यास हो जाये।

तो इससे निरन्तरता बनी रहेगी, **एकाग्रता** बनी रहेगी। और बहुत अच्छी अनुभूति होगी।

हर घन्टे में भी बहुत कुछ किया जा सकता है। जो बहुत अच्छा अभ्यास करना चाहते हैं वह **एक घन्टे से पाँच मिनट** निकाल लें। और कोई भी अच्छे साधना करें।

अगर आप और दो मास ढाई मास यह साधना करें जब तक तो यह यात्रा बहुत ही सरल हो जायेगी।

परन्तु इसका foundation समर्थ संकल्प, elevated thoughts.

ध्यान देना है कि **व्यर्थ संकल्प**, पर चिन्तन, अवगुणी दृष्टि, दुसरोँ के ओर ध्यान जाना .. यह **योग** के मार्ग में सबसे बड़ी वाँधाये है।

भगवान ने जिसे **सदविवेक** प्रदान किया है वह इधर उधर के बाहर की बातों में से क्या पायेगा?

तो जिन्होंने अपने को ऐसा समझाकर स्वयं को **एकाग्र** और **शान्त** कर लिया है वे सच्चे योगी बन जायेंगे।

तो आप बहुत अच्छा **अभ्यास** करे, **तपस्या** करे, **मेहनत** करे। यह मेहनत रंग लायेगी। यह मेहनत आपको महान **योगी** बनायेगी।

और अभी भी एक मौका है। परमात्म **वरदान** प्राप्त करने का। इससे आपको वरदान मिलेंगे जिनका उपयोग आप **विश्वकल्याण** में कर सकेंगे।

॥ ओम शान्ति ॥

BK Google: www.bkgoogle.org

Website: www.shivbabas.org