

आज का पुरुषार्थ by Suraj Bhai

Date: 3 March, 2022

Website: www.shivbabas.org

धारणा - बाबा से अपनापन बढ़ाये, निरंतर योगी, सहज योगी बनने का पुरुषार्थ करे

संगमयुग पर बाबा हमें सर्व खजाने देने आया है। हम सभी इस बात को बहुत अच्छी तरह मेहसूस करे। कि हम बाबा से सबकुछ प्राप्त कर ले।

वह हमें दाता बनाने आया है। हीरों एक्टर बनाने आया है। चारों युगों का श्रेष्ठ वरदान देने के लिए आया है। हम बाबा से सबकुछ प्राप्त कर ले।

बाबा ने हमें बहुत सहज यह बातें स्पष्ट कर दी कि ...

" निरंतर मुझे याद करो। जो निरंतर मुझे याद करते है वह निरंतर मेरे साथ है। "

यह साथ, भगवान का साथ, ब्रह्मा बाबा का साथ। जो पहले नम्बर की आत्मा है, जो महान त्यागी और महान योगी है, जिनका इस सृष्टि चक्र में सबसे ज्यादा महत्व है

उनके साथ हीरों पार्ट बजाना, हर जन्म में उनके साथ रहना इस बात का कितना ज्यादा महत्व है।

तो हम **निरंतर योगी** बने। सहज योगी बने। जो इस समय सहज योगी बन जायेंगे वही चुराशी जन्म सहज रूप से जीवन व्यतीत करेंगे।

और यहाँ उन्हें अनुभव होगा कि वो हमेशा **बाबा** के साथ है। उसकी छत्रछाया हमेशा सिर पर है।

तो आईये आज से सहज योगी बने। इसमें ही परम आनन्द है। इससे हमारी आन्तरिक **शक्तियाँ** बहुत बढ़ जाती है। हम देने योग्य बन जाते है।

सहज योगी, निरंतर योगी बनने के लिए हमें कुछ बातें याद रखनी है। जैसे

" बाबा मेरा है "

उससे बहुत ज्यादा अपनापन। आप इसतरह मेहसूस करे ..

जैसे संसार में कोई आपका अति प्रिय है। बहुत प्रिय। चाहे कोई बच्चा या ऐसा कोई। जिससे आपको बहुत प्यार है आप जानते है उससे कैसा अपनापन होता है।

वैसा ही अपनापन बाबा में हो जाये। बस लगे कि ...

" वो मेरा है "

यह फीलिंग प्यार को बढ़ायेगी। और वह सहज योगी बनायेगी।

दूसरी बहुत अच्छी प्रैक्टिस हम करते रहे। यह भी बहुत सिम्पल प्रैक्टिस है। इसमें किसी को मेहनत भी नहीं लगेगी।

" भगवान मेरा साथी है "

गीत गाते रहे सारे दिन। उसके साथ का निरंतर अनुभव होता रहेगा। यह भी योग में काउन्ट हो जायेगा।

और बहुत पावरफूल योग करने के लिए यह अभ्यास करते रहे कि

" बाबा मेरे सिर के ऊपर छत्रछाया है "

चाहे उसे खुदा दोस्त बना ले, अपना परम प्रियतम बना ले, अपना साथी बना ले।

लेकिन मनुष्य जब अपने काम धंधों पर बहुत व्यस्त हो जाता है, जब वो यह सोचता है बहुत बिजी हूँ, अथवा वो कर्म कौन्शास हो जाता है, कार्य के अलावा उसे कुछ याद नहीं रहता, तब यह सब चीजें भूल जाती है।

लेकिन भूले नहीं। बीच बीच में **अशरीरीपन** और **स्वमान** का अभ्यास बढ़ाते चले। तो ऐसी कोई बात नहीं कि हम निरंतर योगी नहीं बन पायेंगे।

योग हमारा आनन्द का विषय हो जायेगा। **योग** हमारे लिए सुखदाई विषय हो जायेगा।

हम श्रेष्ठ योगी बनकर इस संसार मे ऐसे विचरण करेंगे, मानो लाइट हाउस होकर विचरण कर रहे है। प्रकृति भी हमारा सम्मान करेगी।

स्वयं भगवान तो अपने बच्चों का सम्मान करते ही है।

तो आज सारा दिन ... अशरीरी होने का अभ्यास करेंगे और यह बात याद रखेंगे

" भगवान मेरा साथी है "

अपनापन तो रोज सवेरे चिन्तन के द्वारा बढ़ायेंगे ही। लेकिन आज का मुख्य अभ्यास होगा

" सर्वशक्तिमान मेरे सिर के ऊपर छत्रछाया है .. नीचे मैं शिवशक्ति .. और .. सिर के ऊपर सर्वशक्तिमान "

इसका आज सारा दिन बहुत ज्यादा आनंद लेंगे। और निरंतर योग की ओर बढ़ेंगे। क्योंकि निरंतर योगी ही बाप के निरंतर साथी है।

॥ ओम शान्ति ॥

BK Google: www.bkgoogle.org

Website: www.shivbabas.org