

# आज का पुरुषार्थ 10 May 2022

Source: BK Suraj bhai

Website: [www.shivbabas.org](http://www.shivbabas.org)

धारणा – “ परमपिता पर बुद्धि को एकाग्र करना है .. अभ्यास करे ..  
अन्तर्मुखी होने का, मौन रहने का अशरीरी बनने का, और पवित्रता  
के शक्ति को बढ़ाने का”

योग की सर्वश्रेष्ठ स्थिति है वाणी से परे परमात्मम स्वरूप में स्थित हो  
जाना। परमधाम में सर्वशक्तिमान के स्वरूप पर जितना अधिक समय हम  
बुद्धि को स्थित करेंगे उतनी ही शक्तिशाली बनते जायेंगे। यही स्थिति  
विश्वकल्याण के निमित्त बनते है।

महादानी बनना, विश्वकल्याणकारी बनना, वरदानी बनना, सर्व की  
मनोकामनायें पूर्ण कर देना यही स्थिति के द्वारा ही सम्भव होगा। वाणी से  
परे .. वाणी में तो सभी रहते है। और वाणी में रहने का आनन्द भी सहज ही  
मिलता है।

लेकिन वाणी से परे रहना, **परमधाम में बुद्धि को स्थिर रखना यही सर्वश्रेष्ठ स्थिति है**। इसके लिए हमें बार-बार अशरीरी होने का अभ्यास करना होगा। और अपने वाणी को भी नियंत्रित, संयमित करना होगा।

जो मनुष्य अपने वाणी को ही control न कर सके, वह भला विश्व को क्या control करेगा? तो हमें **वाणी से परे की स्थिति** में चलना है। दूसरी बात इसमें बहुत **अभ्यास** की भी जरूरत है। बार-बार अभ्यास करने से कोई भी कठिन चीज़ सरल हो जाती है।

हम बार-बार परमधाम में **शिवबाबा के उस तेजस्वी महाज्योती स्वरूप को निहारा करें**। बिल्कुल क्लियर हमें वो दिखाई दे। जैसे और कुछ भी हमें दिख नहीं रहा है। साथ-साथ **अन्तर्मुखी** रहना।

अगर कुछ समय मौन का अभ्यास कर लिया जाये, और किसी के लिए समय हो तो कुछ दिन मौन रख लिया जाये और इस **अभ्यास** में तत्पर रहा जाये तो यह अभ्यास बिल्कुल सरल हो जाता है।

तो आईये हम वाणी से परे रहने की स्थिति का पुनः पुनः अभ्यास करे। वाणी में आना, दुसरोँ को ज्ञान सुनाना, वाणी के आनन्द में रहना, यह तो हम सबको भाता है। परन्तु अब हमारा मुख्य interest वाणी से परे रहना।

बहुतों को ऐसा अनुभव होता है कि जब वो परमधाम में स्थित होते है तो उनके सिर भारी होने लगता है। या उनको स्ट्रेन पड़ने लगता है या सिर दर्द होने लगता है। इसका कारण है .. बहुत व्यर्थ में रहे है, उनकी brain की शक्तियाँ काफ़ी नष्ट हो चुके है। अब वह उन्हें एकाग्र होने नहीं देती।

**एकाग्र होने में भी brain को शक्तियाँ चाहिए।** परन्तु श्रेष्ठ योगी जो बहुत पवित्र है, वो बहुत लम्बा काल भी **एकाग्र** हो सकते है। क्योंकि उनकी बुद्धि पवित्रता के कारण काफ़ी कैपेवेल, काफ़ी एनर्जेटिक, काफ़ी स्ट्रोंग हो गई होती है।

तो हम अपनी **प्योरीटी** (purity) को भी बहुत बढ़ाये। ताकि हम वाणी से परे रह सके। क्योंकि वह धाम **सम्पूर्ण पवित्र** धाम है। **बाबा भी पवित्रता के सागर है।** और वहाँ वही आत्मायें स्थित हो सकती है जिनकी प्योरीटी बहुत सुन्दर है।

हम प्योरीटी पर ध्यान दे। व्यर्थ संकल्पों में हमारी प्योरीटी की शक्ति नष्ट न हो रही हो। साधारण संकल्प भी हमारी स्पीचुयाल एनर्जी को कमजोर न कर रही हो। तो आज सारा दिन बार-बार एक ही अभ्यास करेंगे ....

**" यह देह अलग .. मैं आत्मा अलग "**

आत्मा का स्वरूप बिल्कुल स्पष्ट दिखाई दे। और यह जितना अभ्यास करेंगे उतना ही दुसरा अभ्यास सहज होगा।

**" परमधाम में बाबा के स्वरूप पर बुद्धि लगे "**

तो बार-बार अशरीरी होकर परमधाम में सर्वशक्तिमान के स्वरूप को निहारेंगे। चाहें एकबार में यह प्रैक्टिस दस सेकण्ड तक करें। लेकिन पचास बार कर ले सारे दिन में ...

॥ ओम शान्ति ॥

**BK Google:** [www.bkgoogle.org](http://www.bkgoogle.org)

**Website:** [www.shivbabas.org](http://www.shivbabas.org)