ओम् शान्ति 20-5-25 मधुबन

# स्व-उन्नति निमित्त विशेष यादपत्र (बड़ी दीदियों की शुभ प्रेरणायें)

प्राणप्यारे अव्यक्त बापदादा के अति स्नेही, सदा तीव्र पुरुषार्थ में तत्पर, अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सर्व आत्माओं को शुभ भावनाओं की सकाश देने वाली निमित्त टीचर्स बहिनें तथा सर्व ब्राह्मण कुल भूषण भाई बहिनें,

ईश्वरीय स्नेह सम्पन्न मधुर याद स्वीकार करना जी।

बाद समाचार - वर्तमान समय की परिस्थितियों को देखते हुए प्यारे बापदादा की हम सभी बच्चों प्रति विशेष प्रेरणा है कि मास्टर रहमदिल, कल्याणकारी बन सर्व के प्रति अपनी शुभचिंतक वृत्ति रख विशेष मन्सा सकाश द्वारा प्रकृति सहित सर्व आत्माओं को सुख शान्ति की किरणें देने की सेवा करो।

अत: देश विदेश के सभी ब्राह्मण कुल भूषण भाई बहिनों प्रति आज विशेष यह याद पत्र भेज रहे हैं कि आने वाले जून-जुलाई-अगस्त मास में सभी बेहद की वैराग्य वृत्ति को धारण कर हर सेवाकेन्द्र पर तपस्या का वातावरण बनायें, सभी स्थानों पर विशेष योग भटठियों के कार्यक्रम चलते रहें, इसके लिए मधुबन से हर मास का होमवर्क भेजा जायेगा।

अभी जून मास हम सबकी मीठी सरस्वती माँ (मातेश्वरी जी) का स्मृति मास है। इस स्मृति मास में बाबा के सभी बच्चे मम्मा के समान गुण मूर्त और शक्तियों का स्तम्भ बनें। जैसे मम्मा ने हर गुण और शक्ति को अपने जीवन में धारण कर सम्पन्नता को प्राप्त किया। हम भी लक्ष्य रखकर प्रतिदिन एक गुण और शक्ति जीवन में धारण करने का पुरुषार्थ करें। उसी गुण वा शक्ति पर सभी चिंतनशील बाबा के बच्चे विशेष मनन-चिंतन करें तथा आपसी संगठन में उसकी गहराई पर अनुभव-युक्त चर्चा करें। (यदि कोई बहनें इस पर कामेन्ट्री द्वारा योग अभ्यास करायें तो और भी अच्छा रहेगा)

हर बाबा का बच्चा लक्ष्य रखे कि प्रतिदिन हमें कम से कम 8 घण्टा, (सुबह 4 से 8 और शाम को 6 से 10 बजे तक) आत्म अभिमानी स्थिति में रहने का अच्छा अभ्यास करना है। मन और मुख का मौन रख मन्सा सेवा करनी है। दिन में भी बीच-बीच में 5 स्वरूपों की ड्रिल करते हुए अशरीरी स्थिति बनानी है। अब हमारी नेचुरल नेचर देही अभिमानी की बन जाए, इसका विशेष अटेन्शन रखना है।

इसी प्रकार जुलाई और अगस्त मास का भी होमवर्क आप सबके पास भेजा जायेगा। उस पर भी आप सब विशेष मनन-चिंतन करते हुए योग अभ्यास करना जी। बाबा कहते बच्चे, अभी आप सबका मनोबल ऐसा हो जो हर परिस्थिति गुडलक अनुभव हो, परीक्षायें हमारी स्थिति को हलचल में न लायें। मन्सा ऐसी शक्तिशाली हो जो हम विश्व कल्याण की सेवा में सहयोगी बन सकें।

सभी निमित्त बहनों से अनुरोध है कि वे अपनी क्लासेज़ में विशेष उमंग-उत्साह भरते हुए सबसे नवीनता सम्पन्न पुरुषार्थ करायें। क्लास में रोज़ मम्मा का एक गुण वा शक्ति सुनायें तथा बोर्ड पर भी लिखें ताकि सभी उसका अभ्यास कर अपनी समर्थ स्थिति बनायें और परमात्म प्रत्यक्षता के कार्य को सम्पन्न करने में सहयोगी बन सकें।

इसी शुभ भावना से इस पत्र के साथ प्रतिदिन का चार्ट भी भेज रहे हैं। सभी यह चार्ट अवश्य भरें तथा मास के अन्त में अपनी निमित्त बड़ी बहन को दें, बड़ी बहिनें उसकी टोटल रिजल्ट अपनी त्रैमासिक मीटिंग के समय मधुबन में आकर अवश्य सुनायें। अच्छा - सभी को बहुत-बहुत याद..ओम् शान्ति।

## जून 2025 के लिए विशेष होमवर्क - मातेश्वरी जी के विशेष गुण और शक्तियां

### 1-6-25, रविवार

### अन्तर्मुखता के गुण द्वारा शान्ति की शक्ति का अनुभव

जैसे मम्मा सदा अन्तर्मुखता की गुफा में रही, वाणी पर पूरा कन्ट्रोल रखा। वे इस महामन्त्र का स्वरूप बनी - कम बोलो, धीरे बोलो और मीठा बोलो। इसी मन्त्र से उनके पास शान्ति की शक्ति जमा होती गई। जिससे उन्होंने अनेक प्रकार के विघ्नों को सहज पार कर लिया। ऐसे हम सभी इसका विशेष अभ्यास करें।

**2-6-25, सोमवार**
**सत्यता का गुण और पवित्रता की शक्ति में सम्पन्न**
जैसे मम्मा अपने सत्य स्वरूप में सदा स्थित रह, पवित्रता की देवी बन गई। उनके सामने कोई अपवित्र आत्मा ठहर भी नहीं सकती थी। उनकी दृष्टि में पवित्रता की ऐसी शक्ति थी, जिससे आसुरी पवित्र संस्कार वाली आत्माओं के अशुद्ध संकल्प भी परिवर्तन हो जाते। ऐसे हम सभी अपने सत्य स्वरूप (आत्मिक स्वरूप) में स्थित रहने का अभ्यास करें। आत्मा को देखें और नेचुरल आत्म अभिमानी स्थिति बनायें।

**3-6-25, मंगलवार**
**आज्ञाकारी का गुण और स्नेह की शक्ति से सम्पन्न मूर्त**
मम्मा ने आज्ञाकारिता का सबूत दिया। बाबा का कहना और मम्मा का करना। बाबा के महावाक्यों में कभी क्वेश्चन नहीं। सदा जी बाबा, हाँ जी बाबा किया। इस गुण से उनके पास स्नेह की शक्ति जमा होती गई। उनका स्लोगन था हुक्मी हुक्म चला रहा है। मम्मा ने कभी किसी को कहकरके नहीं सिखाया, करके सिखाया। स्नेह की ऐसी मूर्त बन गई, जो सबने दिल से माना मेरी माँ।

**4-6-25, बुधवार**
**स्नेह और विश्वास के गुण द्वारा संगठन को एक-सूत्र में पिरोने की शक्ति**
मम्मा का सभी बच्चों प्रति अटूट नि:स्वार्थ स्नेह था, सबके प्रति विश्वास रख उन्हें हर क्षेत्र में योग्य बनाया। इसी गुण के आधार से पूरे संगठन को एकसूत्र में पिरोया। संगठन की शक्ति से असम्भव कार्य को भी सम्भव करके दिखाया। ऐसे हम सभी भी अपने ईश्वरीय परिवार के प्रति स्नेह और विश्वास रखते हुए संगठन को एक सूत्र में पिरोकर बापदादा का नाम रोशन करें।

**5-6-25, सतगुरुवार**
**देही अभिमानी के नेचुरल गुण द्वारा निर्भयता की शक्ति से सम्पन्न**
मम्मा ने देही अभिमानी रहने का बहुत गहरा अभ्यास किया। मैं आत्मा अजर अमर अविनाशी हूँ, इसी स्मृति ने मम्मा को निर्भय बना दिया। वे सदा शेरणी शक्ति बनकर रहीं। नया ज्ञान और सतयुगी दुनिया के लिए नई धारणाओं के कारण लोगों ने अनेक प्रकार के विघ्न डाले, विरोध किया, मम्मा ने निर्भय बनकर उन सबका सामना किया। कभी किसी से भयभीत नहीं हुई। बाबा कहते बच्चे, ऐसी निर्भयता की शक्ति आप बच्चे भी धारण करो। देही अभिमानी रहने की नेचुरल नेचर बना लो।

**6-6-25, शुक्रवार**
**क्षमा भाव के गुण से सदा समाने की शक्ति से सम्पन्न**
मम्मा हर बच्चे की कमी कमजोरियों को जानते हुए भी सदा सबके प्रति क्षमा भाव रखा। किसी की भी कमियों का कभी किसी के सामने वर्णन नहीं किया। सब कुछ सुना और समाया। मम्मा में सागर समान समाने की शक्ति थी। हम सब भी क्षमा भाव के गुण को धारण कर, हर बात को समा लें, तब सभी दिल से अपना मानेंगे और सम्मान देंगे।

**7-6-25, शनिवार**
**साक्षी व उपरामता के गुण से सदा समेटने की शक्ति सम्पन्न**
मम्मा ने सदा साक्षी दृष्टा बनकर स्वयं के और अन्य आत्माओं के पार्ट को देखा, सब कुछ जानते हुए, देखते हुए भी सदा उपराम रही, इससे उनमें समेटने की शक्ति आती गई। कभी किसी के भी हिसाब-किताब व पार्ट को देखकर क्यों क्या कैसे के प्रश्नों में उलझी नहीं, उनका विस्तार नहीं किया। व्यर्थ व निगेटिव संकल्पों को भी समेट लिया, इससे सदा हर्षितमुख रही। कभी चेहरे पर गम की लहर नहीं आई।

**8-6-25, रविवार**
**सरलता के गुण से सदा सहनशक्ति से सम्पन्न**
मम्मा की नेचर बहुत इज़ी थी। कोई भी बच्चा मम्मा से कभी भी मिल सकता था। अपने दिल की बात सुनाकर हल्का हो जाता। मम्मा के सामने शरीर के बड़े-बड़े पेपर आये लेकिन उसे बहुत सरलता से पार किया। उनके चेहरे को देखकर कोई यह नहीं कह सकता था कि मम्मा बीमार हैं, वे सहनशक्ति का जैसे अवतार थी। कभी अपनी बीमारी का वर्णन नहीं किया। मम्मा में दर्द को भी पीने की शक्ति थी, कोई कुछ कहता तो भी उसे बहुत सरलता से लेती और मुस्कराते हुए बहुत कम शब्दों में उसका जवाब देती।

**9-6-25, सोमवार**

**गम्भीरता के गुण द्वारा परखने की शक्ति से सम्पन्न**

मम्मा गम्भीरता की देवी थी। मम्मा का चित्त सदा शान्त और गम्भीर था। वे कभी बाह्यमुता में नहीं आई। गम्भीरता के गुण से उनका मन-बुद्धि निर्मल (स्वच्छ) बन गया। उनके सामने जब कोई भी आता, तो वे उसको फौरन परख लेती। परखने के कारण निर्णय करना भी सहज हो जाता। किसी की भावनाओं को यथार्थ समझने के लिए गम्भीरता का गुण चाहिए लेकिन गम्भीरता में रमणीकता गायब न हो। चेहरा सीरियस न हो। सदा मुस्कराते हुए हर एक के साथ व्यवहार में आना और अपने शान्त-पवित्र स्वधर्म में स्थित रहना, इसमें हम सबको मीठी मम्मा के समान बनना है।

**10-6-25, मंगलवार**

**दातापन के गुण से दिव्यता की शक्ति से सम्पन्न**

मम्मा सदा मास्टर दाता बनकर रही। सदा देने की भावना। मम्मा की मुख्य धारणा थी कि लेना एक से है और देना सबको है। इसी गुण से वे दिव्यता की शक्ति से सम्पन्न बनती गई। उनकी अगर कोई महिमा करता कि मम्मा आपने बहुत अच्छी मुरली चलाई, आपने हमें समय पर बहुत सहयोग दिया। तो मम्मा कभी भी उस महिमा को स्वीकार नहीं करती। सदा कहती प्रभू प्रसादे। मैं तो उनका प्रसाद बांट रही हूँ, इससे उनकी वाणी में दिव्यता झलकती थी, वह मैं और मेरेपन के भान से दूर रही।

**11-6-25, बुधवार**

**सम्पूर्ण निश्चय के गुण द्वारा सदा बेफिकर स्थिति में रहने की शक्ति**

बाबा के एक एक महावाक्य में मम्मा का अटूट और सम्पूर्ण निश्चय था, बाबा अगर दिन को रात भी कह दें तो मम्मा उसमें प्रश्न नहीं पूछेगी क्योंकि मम्मा को निश्चय था कि बाबा की हर बात में कुछ न कुछ रहस्य है, वे कल्याणकारी हैं, उनकी किसी बात में अकल्याण हो ही नहीं सकता इसलिए वे सदा बेफिक्र स्थिति में रही। कभी किसी बात की चिंता व फिकरात के चिन्ह उनकी सूरत से दिखाई नहीं दिये। जब हम सबको स्वयं में, बाबा में, उनके पार्ट में और कल्याणकारी ड्रामा में सम्पूर्ण निश्चय है तो सदा निश्चिंत/बेफिक्र स्थिति में रहना ही है।

**12-6-25, सतगुरुवार**

**शुभचिंतन व शुभचिंतक के गुण द्वारा दुआओं की शक्ति से सम्पन्न**

मम्मा सदा स्व-चिंतन और शुभचिंतन में रही, सभी के प्रति उनके मन में कल्याण का ही चिंतन रहा। वे शुभचिंतन के साथ-साथ शुभचिंतक बन गई, इसलिए उन्हें सभी की दुआयें मिलती गई। वे दुआओं के खजाने से, उनकी शक्तियों से सम्पन्न बन गई। उनके सामने कोई कैसा भी आया उसे गुणदान करती रही इसलिए सभी उन्हें दिल से कहते ''मम्मा''। हम सबको भी उनके समान शुभचिंतन में शुभचिंतक बनना है। कभी किसी के प्रति भी व्यर्थ चिंतन न चले, क्योंकि संगमयुग पर सभी भगवान की नज़रों में विशेष आत्मायें हैं।

**13-6-25, शुक्रवार**

**निरहंकारिता के गुण द्वारा नम्रता की शक्ति से सम्पन्न**

मम्मा भले यज्ञ की कर्ता-धर्ता रही, बाबा, मम्मा को अपने से भी आगे रखते, लेकिन उन्हें कभी मैं-पन नहीं आया। सदा निरहंकारी बनकर रही, बाबा का कार्य है, वही करनकरावनहार है। इस गुण से उनके चलने में, बोल चाल और व्यवहार में नम्रता दिखाई देती थी। कभी उनकी वाणी से रोब के बोल भी नहीं निकले। यह सब बाबा के बच्चे हैं, बाबा का कार्य है, उसने हम सबका भाग्य बनाने के लिए निमित्त बनाया है। ऐसी नम्रता की अवतार, इस शक्ति से सम्पन्न जैसे मम्मा रही, ऐसे हम सबको उनके समान बनना है।

**14-6-25, शनिवार**

**नियमितता के गुण द्वारा दृढ़ता की शक्ति से सम्पन्न**

यज्ञ के हर ईश्वरीय नियम और मर्यादाओं को मम्मा ने दृढ़ता से पालन किया। वे नियमित ज्ञान मुरली का अध्ययन करती। दिनचर्या के हर कार्य में वे सदा रेग्युलर और पंचुअल रही। कभी आलस्य और बहानेबाजी नहीं की। शरीर कैसा भी हो लेकिन एक दिन भी बाबा की मुरली मिस नहीं की। अमृतवेले 2 बजे उठकर एकान्त में बैठ तपस्या की। हर श्रीमत का दृढ़ता से पालन किया। हम सबको भी मम्मा के समान यज्ञ की हर दिनचर्या में एक्यूरेट रहना है। रेग्युलर और पंचुअल बनना है।

**15-6-25, रविवार**

## दूरदर्शिता के गुण द्वारा सदा सफलता की शक्ति से सम्पन्न

मम्मा दूरदर्शी थी, उन्हें हर बात जैसे पहले से ही पता हो, बाबा की टचिंग को फौरन कैच कर लेती इसलिए उन्हें हर कार्य में सफलता मिलती गई। बुद्धि दूरांदेशी होने के कारण विशाल बनती गई। वे कभी हदों में नहीं आई। सब बाबा के बच्चे हैं, बाबा का कार्य है, इसी भावना से सदा बेहद में रही और यज्ञ को सफल व निर्विघ्न बनाया। हम सब भी मम्मा के समान दूरदर्शी बनें। जो भी बोलें, करें... सोच-समझकर करें तो हर कार्य में सफलता प्राप्त होगी।

**16-6-25, सोमवार**

## धैर्यता के गुण द्वारा सुनने व समझने की शक्ति से सम्पन्न

मम्मा में सबकी बात सुनने वा समझने की शक्ति थी। वे सदा धैर्यता से हर एक बात को सुनती, समझती फिर बहुत सार रूप में उसका जवाब देती, इससे वे निंदक को भी प्रशंसक बना लेती। धैर्यता के गुण के कारण वे सदा योगयुक्त और युक्तियुक्त होकर रही और हर एक की बात का सहज स्पष्टीकरण किया। हमें भी अपनी स्व-स्थिति की सीट पर सेट होकर, धैर्यतापूर्वक कोई से भी बातचीत करनी है।

**17-6-25, मंगलवार**

## फरमानबरदार के गुण से परमात्म स्नेह की शक्ति से सम्पन्न

मम्मा सदा बाबा के एक एक फरमान को पालन करके फरमानबरदार बनकर रही। इसी गुण से वे परमात्म स्नेह की पात्र बनी। दिलतख्तनशीन बन गई। बाबा का कहना और मम्मा का करना। जैसे मिलेट्री वालों को अपने कमाण्डर का हर फरमान उसी समय पालन करना होता, ऐसे मातेश्वरी जी सदा जी हजूर, जी हाज़िर करके परमात्म स्नेह की पात्र बन गई। ऐसे हम सबको भी परमात्मा पिता के हर फरमान को पालन करना है।

**18-6-25, बुधवार**

## सदा एक्यूरेसी के गुण से मर्यादाओं में चलने की शक्ति

मम्मा ने हर श्रीमत को एक्यूरेट पालन किया और दूसरों से कराया। अमृतवेले से लेकर रात्रि तक जो भी मन-वचन-कर्म के लिए ईश्वरीय मर्यादायें हैं, एक्यूरेट रहने के कारण मर्यादाओं को पालन करने की शक्ति आ गई। अगर हम अपनी दिनचर्या में, श्रीमत में एक्यूरेट रहते हैं तो मर्यादाओं पर चलना सहज हो जाता है। यह मर्यादायें ही हमें मर्यादा पुरुषोत्तम बना देती हैं।

**19-6-25, सतगुरुवार**

## चित्त की सफाई के गुण से हर संकल्प सिद्ध होने की शक्ति

मम्मा का चित्त बिल्कुल साफ था, वे अन्दर बाहर समान रही। जो सोचा वही बोला और वही किया। चित में केवल एक बाबा को ही बसाया। कोई भी व्यक्ति या वस्तु ने मम्मा को अपनी ओर आकर्षित नहीं किया, एकव्रता होने के कारण उनके संकल्प भी बहुत शुद्ध और शक्तिशाली बनते गये, इससे वे सिद्धि स्वरूप बन गई। ऐसे हमें भी अपना चित्त शुद्ध साफ रखना है। एकव्रता बनकर रहना है।

**20-6-25, शुक्रवार**

## ट्रस्टीपन के गुण से सर्व बन्धनों से मुक्त रहने की शक्ति

बाबा ने अपना सब कुछ बहिनों के हवाले किया, मम्मा को उसका मुख्य ट्रस्टी बनाया। मम्मा पूरे यज्ञ को ट्रस्टी बनकर सम्भालती और उसे आगे बढ़ाती रही। कुछ भी व्यर्थ नहीं किया और किसी भी बन्धन में नहीं बंधी। सदा सच्ची स्वतन्त्रता का अनुभव किया, वे कभी भी परतन्त्र नहीं बनी। ऐसे हमें भी ट्रस्टीपन की भावना रख सर्व बंधनों से मुक्त, स्वतन्त्र उड़ता पंछी बनना है।

**21-6-25, शनिवार**

**विशाल हृदय के गुण से सदा सहनशक्ति से सम्पन्न**

मम्मा का हृदय बहुत विशाल था, उन्होंने कभी छोटी मोटी बातों को दिल पर नहीं लिया। कोई ने कुछ भी कहा या किया, उसका चिंतन नहीं किया। सब कुछ सहन करते, सबके प्रति शुभ भावना रखी। सबको अपनेपन की अनुभूति कराई। सबने दिल से माना मेरी मम्मा। ऐसे ही हम सबको भी विशाल हृदय रख हर एक की बात समानी और सहन करनी है। सबको अपनेपन की भासना देनी है।

**22-6-25, रविवार**

**अनासक्त रहने के गुण द्वारा सदा हर बात से डिटैच रहने की शक्ति**

मम्मा कभी किसी चीज़ में आसक्त नहीं हुई। सदा अनासक्त वृत्ति से रही, संसार में रहते हुए भी संसार से न्यारी प्यारी रही इसलिए वह सबकी मनोकामनायें पूर्ण करने वाली कामधेनु बन गई। स्वयं हर बात से डिटैच रही, कभी कोई व्यक्त या वस्तु ने उन्हें अपनी ओर आकर्षित नहीं किया। ऐसे हमें भी अनासक्त भाव धारण करना है। माया कितने भी चमकीले रूप में आये, हमें किसी भी रूप में आसक्त नहीं होना है।

**23-6-25, सोमवार**

**निर्दोष भावना के गुण से शीतलता की शक्ति से सम्पन्न**

मम्मा ने कभी किसी के दोष (अवगुण) नहीं देखे। हर बच्चे को निर्दोष भाव से देखा। मेरे बच्चों का कोई दोष नहीं है, माया का राज्य है, माया बच्चों को पछाड़ती है, इनकी विजय निश्चित है ही। ऐसी निर्दोष भावना के गुण से उनमें शीतलता की शक्ति आती गई। उनसे हर बच्चे को शीतलता की छाया का अनुभव होता। हर एक उनके समीप जाना चाहता। ऐसे हमें भी शीतलता की शक्ति से सम्पन्न बनने के लिए अपनी भावनायें निर्दोष बनानी है।

**24-6-25, मंगलवार**

**निष्काम वृत्ति के गुण द्वारा दुश्मन को भी मित्र बनाने की शक्ति**

मम्मा सदा निष्काम भाव से सबकी पालना करती, कोई मान दे या न दे, कोई बात मानें या न माने, मम्मा सदा सबको सहयोग देती रही, वह भी मुझे कुछ दे, यह भावना नहीं रखी इसलिए विरोधी भी सहयोगी बन गये। दुश्मन भी मित्र बन गये। ऐसे ही हमें हर एक की सेवा निष्काम भाव से करके दुश्मन को भी मित्र बनाना है।

**25-6-26, बुधवार**

**दिव्य बुद्धि के गुण द्वारा स्मरण शक्ति से सम्पन्न**

मम्मा शुरू से ही बहुत होशियार, दूरादेशी तथा अच्छी स्मृति वाली थी। मम्मा की स्मरण शक्ति इतनी तेज थी कि एक बार सुना और बुद्धि में छप गया। बाबा की एक प्वाइंट सुनी और वह अन्दर छप गई, उसके 10 राज़ स्पष्ट करके सुनाती और सबको ज्ञान की गहराई में ले जाती। तो जिस प्रकार मम्मा ने व्यर्थ चिंतन से किनारा कर परमात्म चिंतन किया जिससे उनकी बुद्धि दिव्य बन गई। ऐसे हम भी दिव्य बुद्धि सम्पन्न बनने का पुरुषार्थ करें।

**26-6-25, सतगुरुवार**

**पवित्रता के गुण द्वारा परिवर्तन शक्ति का आधार स्तम्भ**

मम्मा प्युरिटी की पर्सनैलिटी, रॉयल्टी, त्याग, फर्ज-अदाई में सदा नम्बरवन थी। इतनी छोटी आयु में इतना बड़ा परिवर्तन पहले स्वयं में किया, फिर अपनी रूहानी पर्सनैलिटी के आधार से अन्य आत्माओं का परिवर्तन किया। जैसे मम्मा परिवर्तन का आधार स्तम्भ बनी, ऐसे हमें भी पवित्रता की शक्ति धारण कर स्वयं के साथ-साथ प्रकृति सहित सर्व व्यक्तियों का परिवर्तन करना है।

**27-6-25, शुक्रवार**

**मधुर बोल और धीमी आवाज के गुण द्वारा साइलेन्स की शक्ति से सम्पन्न**

मम्मा के बोल में बहुत मिठास थी, मम्मा बहुत धीमी आवाज से बोलती थी और जितनी जरूरत होती उतना ही बोलती थी। मम्मा कभी आवाज से हंसती भी नहीं थी। मधुर मुस्कान ही मम्मा का हंसना था। उनकी वाणी में सागर की गहराई, आकाश की ऊंचाई और गंगा का प्रवाह दिखता है, जिससे सुनने वाले मंत्रमुग्ध हो जाते। हम भी बहुत कम शब्दों का प्रयोग करें। बोल के महत्व को समझकर आवश्यकता अनुसार ही बोलें।

**28-6-25, शनिवार**

**एकॉनामी के गुण द्वारा श्रेष्ठ एवं कुशल प्रबन्धक की शक्ति**

मम्मा का यज्ञ से बहुत स्नेह था। वे कहा करती थी कि यज्ञ की कोई भी चीज़ बेकार नहीं जानी चाहिए। मम्मा एक एक दाने का भी विशेष ध्यान रखती थी। मम्मा कहती गेहूं का एक दाना भी मोहर के बराबर है। इस एकॉनामी के गुण से वे कुशल प्रबन्धक बन गई। यज्ञ वत्सों की स्थूल सूक्ष्म आध्यात्मिक पालना भी की लेकिन एकॉनामी से चलना भी सिखाया। तो हम भी मम्मा के इस गुण का अनुसरण करते हुए यज्ञ की सम्भाल करें। एकनामी और एकॉनामी वाले बनें।

**29-6-25, रविवार**

**अपने पन के गुण द्वारा संगठन की शक्ति का संचार**

मम्मा ने सबको अपने पन का स्नेह दिया। सबको साथ लेकर चलने की उनमें कुशल कला थी। सहज रूप से माँ के जो संस्कार होते हैं वे उनके अन्दर पूर्णरूपेण थे। उनको देखते ही हर एक को स्वाभाविक रूप से माँ की भासनी आती थी। उन्होंने हर एक की जरूरतों को बिना मांगे पूरा किया। ऐसी महान शक्ति माँ में थी। हम सभी मम्मा की तरह सबको अपना मानें। अपना मानना और अपनेपन का अनुभव कराना यही मातृत्व शक्ति है।

**30-6-25, सोमवार**

**निरन्तर योगनिष्ठ के गुण द्वारा सहजयोग की शक्ति का निर्माण**

मम्मा को योग लगाना नहीं पड़ता था, वे निरन्तर सहज व स्वत: योगिन थी। मनमनाभव, मध्याजी भव के महामन्त्र को स्वाभाविक रूप से मम्मा ने धारण किया था इसलिए चलते फिरते भी सबसे न्यारी भासती था। ऐसे लगता जैसे दूसरी दुनिया में खोई हुई हैं। योगनिष्ठ होने कारण उनकी उपस्थिति ही हर एक को सहजयोगी बना देती। आने वालों को शान्ति एवं शक्ति के शक्तिशाली प्रकम्पन्न अनुभव होते। तो हमें निरन्तर प्रभु स्मृति में रहने का अभ्यास करना है, योगनिष्ठ बनना है।

## प्रतिदिन अपनी सूक्ष्म चेकिंग का चार्ट

नाम:................................. सेवाकेन्द्र:......................... ज़ोन/सबज़ोन :..................

1) आज का दिन विशेष गुणमूर्त बनकर रहे?

2) गुणों के आधार पर शक्ति स्वरूप स्थिति का अनुभव किया?

3) मन और मुख का मौन कितना समय रखा?

4) सारे दिन में कितना समय बैठकर योग अभ्यास किया?

5) आज के पुरुषार्थ से सन्तुष्ट रहे?