

ये अव्यक्त इशारे

“अव्यक्त साइलेन्स द्वारा डबल लाईट फरिश्ता
स्थिति का अनुभव करो”

13-01-2024

जैसे जब कोई ऐसा दिन होता है तो चलते-फिरते ट्रैफिक को भी रोक कर तीन मिनट साइलेन्स की प्रैक्टिस कराते हैं। चलते हुए सभी कार्यों को स्टॉप कर लेते हैं। ऐसे आप भी कोई कार्य करते हो या बात करते हो तो बीच-बीच में यह संकल्पों की ट्रैफिक को स्टॉप करने का अभ्यास करो। एक मिनट के लिए भी मन के संकल्पों को, चाहे शरीर द्वारा चलते हुए कर्म को बीच में रोक कर अपने फरिश्ते स्वरूप में स्थित हो जाओ।

Accumulate the power of silence.

On a commemorative day, all traffic is stopped and three minutes silence is observed. All activities are stopped. In the same way, whether you are doing something or talking, practise stopping the traffic of thoughts every now and then. Stop the thoughts in your mind for even a minute, and whatever work you may be doing physically with your body, stop that and stabilise yourself in your angelic form.

