

ये अव्यक्त इशारे

ज्वालास्वरूप स्थिति में रह शक्तिशाली याद का अनुभव करो

19-07-2026

योग को ज्वाला रूप बनाने के लिए सेकण्ड में बिन्दी स्वरूप बन मन-बुद्धि को एकाग्र करने का अभ्यास बार-बार करो। स्टॉप कहा और सेकण्ड में व्यर्थ देह-भान से मन बुद्धि एकाग्र हो जाए। ऐसी कन्ट्रोलिंग पावर सारे दिन में यूज करो। पावरफुल ब्रेक द्वारा मन-बुद्धि को कन्ट्रोल करो, जहाँ मन-बुद्धि को लगाना चाहो वहाँ सेकण्ड में लग जाए।

Stay in the volcanic stage and experience powerful remembrance.

In order to make your yoga as intense as a fire, continue to practise becoming the form of a point in a second and concentrate your mind and intellect. As soon as you say "stop", let your mind and intellect be concentrated from all body consciousness. Use this type of controlling power throughout the day. Control your mind and intellect with this powerful brake. Let your mind and intellect become focussed on whatever you want in a second.