

ये अव्यक्त इशारे

ज्वालामुखी योग तपस्या द्वारा वायुमण्डल का परिवर्तन करो

20-08-2023

जब योग में बैठते हो तो समाने की शक्ति सेकण्ड में यूज करो। सेवा के संकल्प भी समा जाएं इतनी शक्ति हो जो स्टॉप कहा और स्टॉप हो जाए। फुल ब्रेक लगे, ढीली ब्रेक नहीं। अगर एक सेकण्ड के बजाए ज्यादा समय लग जाता है तो समाने की शक्ति कमजोर कहेंगे।

**Transform the atmosphere with
volcanic yoga tapasya.**

When you sit in yoga, use the power to merge everything in a second. Let all thoughts of service be merged. Have so much power that as soon as you say “stop”! you are able to stop. Let the brake be applied fully, not just slightly. If it takes longer than a second, then it would be said that your power to merge is weak.

