



ये अव्यक्त इशारे



अशरीरी व विदेही स्थिति का अभ्यास बढ़ाओ

20-11-2025

जितना अव्यक्त लाइट रूप में स्थित होंगे, उतना शरीर से परे का अभ्यास होने के कारण यदि दो-चार मिनट भी अशरीरी बन जायेंगे, तो मानों जैसेकि चार घण्टे का आराम कर लिया। ऐसा समय आयेगा जो नींद के बजाए चार-पाँच मिनट अशरीरी बन जायेंगे और शरीर को आराम मिल जायेगा। लाइट स्वरूप के स्मृति को मजबूत करने से हिसाब-किताब चुक्त करने में भी लाइट रूप हो जायेंगे।

Increase the practice of the bodiless stage (ashariri and videhi)

The more you remain light in the avyakt form, that is of having the practice of being beyond any awareness of your body, of being bodiless for two to four minutes the more it will be like taking a rest for four hours. Such a time will come when, instead of sleeping, you will become bodiless for four to five minutes and your body will have had rest. By making your awareness of this form of lightness very strong, you will become very light in settling your karmic accounts.