

ये अव्यक्त इशारे

ज्वालामुखी योग तपस्या द्वारा वायुमण्डल का परिवर्तन करो

4-08-2023

कोई भी कार्य करते वा बात करते बीच-बीच में संकल्पों की ट्रैफिक को स्टॉप करो। एक मिनट के लिए भी मन के संकल्पों को, चाहे शरीर द्वारा चलते हुए कर्म को बीच में रोक कर भी यह प्रैक्टिस करो तब बिन्दू रूप की पावरफुल स्टेज पर स्थित हो सकेंगे। जैसे अव्यक्त स्थिति में रह कार्य करना सरल होता जा रहा है वैसे ही यह बिन्दु रूप की स्थिति भी सहज हो जाये।

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

While carrying out any task or while talking, put a stop to the traffic of thoughts every now and then, stop the thoughts in your mind even for a minute, or while doing something physically, stop it for a minute and practise this and only then will you be able to stabilise yourself in the powerful stage of volcanic remembrance. Just as it is becoming easier to carry out a task while being in an avyakt stage, so, the stage of powerful remembrance should be just as easy.