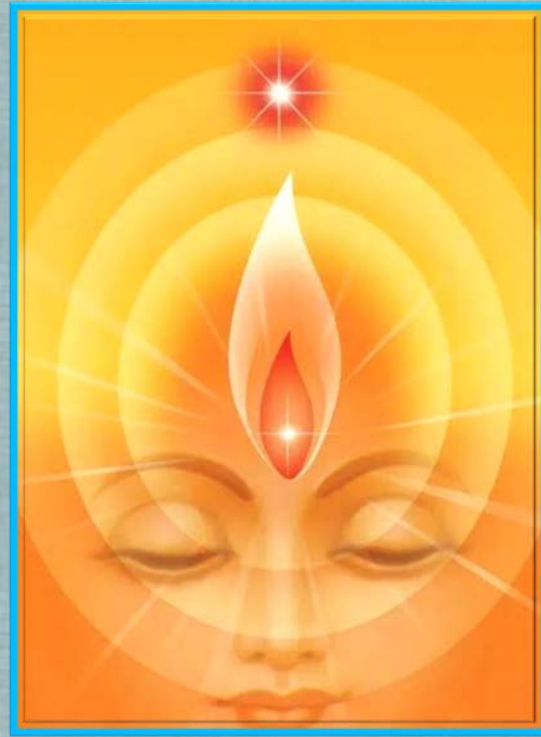


VOLCANO MEDITATION



Presented by
B K Prafulchandra

हमारे योगाभ्यास के मुख्य लक्ष और सिद्धि

१. विकारो पर विजय
२. विकर्मों का विनाश
३. कर्मिक एकाउंट सेटलमेंट
४. कर्मातित अवस्था को पाना
५. दिव्या गुणों से सम्पन्न बनना
६. बाप सामान सम्पूर्ण अवस्था
७. रूहानी नशे में स्थित रहना
८. अतिन्द्रिय सुख की अनुभूति

उपरोक्त सिद्धियाँ हमें दोनों रूपसे प्राप्त करनी हैं

१. बड़े एवं स्थूल रूप से
 २. सुक्ष्म एवं महीन रूप से
- और उसका आधार है हमारी योग में अवस्था**

योग की तिन महत्त्वपूर्ण अवस्थाए

(A)

1. विचारसागर मंथन अवस्था.
2. फरिस्तापन अवस्था
3. बीजरूप अवस्था

(B)

1. लगन अवस्था
2. मगन अवस्था
3. अगन अवस्था

(C)

1. चन्द्रमुखी योग
2. सूर्य मुखी योग
3. ज्वालामुखी योग

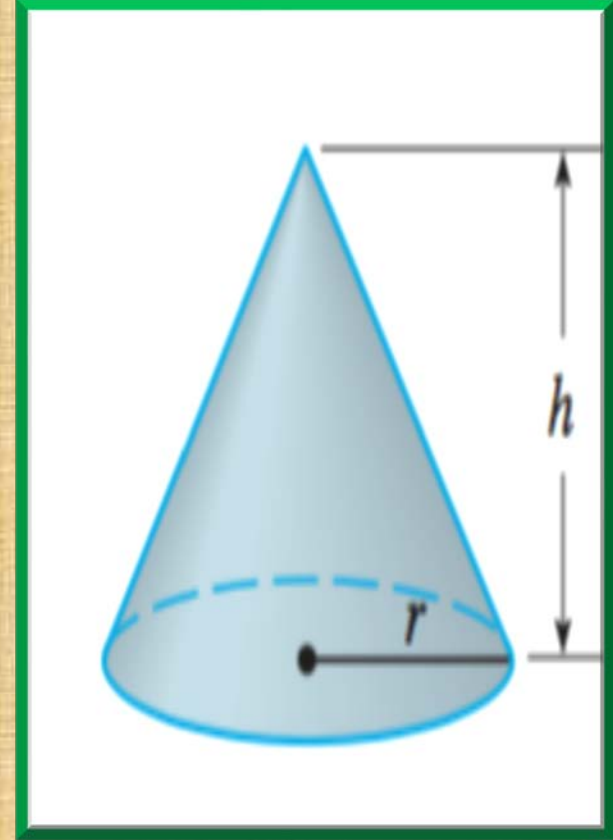
(D)

1. लाइट हाउस
2. सर्च लाइट
3. माइट हाउस



योगभ्यास में हमारी उन्नति शंकु की तरह है

- शंकु (Cone) जब अपने तले (Base) पर खड़ा होता है तब वो स्थिर संतुलन (Stable Equilibrium) में होता है ।
- शंकु का तला (Base) हमारी विचार सागर मंथन की अवस्था को दर्शाता है, जहां विस्तार बहुत है, लेकिन उचाई नहीं है
r- is maximum ; h – is minimum
- लेकिन जैसे जैसे हम योग में उचाई को पाते जाते है विस्तार कम होता जाता है r- is reducing; h- is increasing
- शंकु का सर्वोच्च बिंदु (Apex) हमारी ज्वालामुखी योग अवस्था को दर्शाता है r- is minimum ; h- is maximum



ज्वालामुखी योग अवस्था को प्राप्त कैसे करे

- मनमत, परमत से परे हमारी दिनचर्या बाबा की श्रीमत अनुसार है?
- वस्तु, व्यक्ति, पदार्थ, परिस्थिति, सम्बन्ध, संपर्क, साधन, समृद्धि के लगाव, प्रभाव और आकर्षण से कितने परे रहते है ?
- मन, वचन, कर्म, दृष्टी, वृत्ति में पवित्रता का स्तर कैसा रहता है?
- बहिर्मुखता से अपने मनको समेट कर अंतर्मुखी कितना समय रहते है?
- बेहद की वैरागवृत्ति और सर्वांश त्यागी की अवस्था का स्तर कैसा है?
- कर्मयोग और निरंतर योग के पुरुषार्थ में सफल कितना रहते है?

Continued.....

- अव्यक्त फरिस्तापन की एवं निराकारी बीजरूप स्थिति की अनुभूति बारबार कितना करते हैं?
- ज्वालामुखी योगाभ्यास के लिए अमृतवेले के समय का बार बार उपयोग कितना करते हैं ?

ज्वालास्वरूप योगाभ्यास के कुछ महत्वपूर्ण सोपान

१. अपने स्थूल एवं सूक्ष्म शरीर के भान को भूल कर आत्मा की स्वस्मृति में एवं बिंदु स्वरूप में स्थित हो जाना
२. अपनी इन्द्रिआतित एवं इन्द्रजीत – जितेन्द्र अवस्था की अनुभूति करना
३. अपनी चैतन्यता का एवं शाश्वतता का अनुभव करना
४. आत्मिक स्वरूप में अपनी मास्टर सर्वशक्तिमान स्थिति का अनुभव करना
५. अपने स्थूल एवं सूक्ष्म शरीर को धरती पर पीछे छोड़ कर अपने बिज स्वरूपमे-प्रकाशित बिंदु रूप में अंतरिक्ष में उड़ान भर परमधाम की और प्रयाण करना और बिजरूप में हो रही अंतरिक्ष यात्रा का आनंद लुटाना

६. लाल प्रकाश की निराकारी दुनिया - परमधाम में बिजरूप अवस्था में स्थित हो जाना और अपने सन्मुख महाज्योति-दिव्यज्योति स्वरूप परमप्यारे बाबा को इमर्ज करना

७. शक्ति एवं पवित्रता के सागर बाबा में से पवित्रता संपन्न शक्ति के प्रखर वाइब्रेशन चारो ओर फैल रहे है और कुछ वाइब्रेशन मुझ बिंदु आत्मा में समा रहे है ऐसा मानस दर्शन कर अनुभव करना

८. मुज में समाये हुए यह वाइब्रेशन अगन ज्वाला में बदल जाते है और उस अगन ज्वाला में मुज आत्मा के कई जन्मो का विकारमो का खाता भस्म हो रहा है ऐसा अनुभव करना

९. अंत मे अपनी शांत स्वरूप की स्थिति में स्थित होकर, शांतिधाम में, शांतिसागर बाबा के सानिध्य में परम शांति एवं शीतलता का अनुभव करना और बहुत ही हल्केपन की अनुभूति करना

ज्वालामुखी योगाभ्यास के अंतिम चरण के कुछ समर्थ संकल्प (Affirmations)

मैं बिजस्वरूप आत्मा सुनहरे लाल प्रकाश से आवृत मेरे निजधाम, परमधाम में स्थित हूँ..... यहाँ मैं परमशांति एवं सम्पूर्ण मुक्ति का गहन अनुभव कर रही हूँ..... मेरे सन्मुख, महाज्योति स्वरूप, मेरे प्राणेश्वर बाबा उपस्थित है.....दिव्य ज्योतिस्वरूप, पवित्रता एवं शक्तिओ के सागर बाबा से लाल रंग के, पवित्रता से संपन्न, शक्तिओ के प्रखर प्रकम्पन चारो ओर फैल रहे हैं.....



.कुछ प्रकम्पन मुझ बिंदु आत्मा को भी स्पर्श कर रहे है और मेरे मे समा रहे है.....और वो प्रकम्पन अग्निज्वाला में परिवर्तित हो रहे है.....उन ज्वालाओ में मेरे अनेक जन्मो के विकर्म भस्म हो रहे है..... मैं अनेक बन्धनों से एवं बोझो से मुक्त हो रहा हूँ, और अपने आप को बहुत हलका सा महसूस कर रहा हूँ..... शांतिधाम में स्थित, मैं शांत स्वरूप आत्मा, शांति के सागर बाबा के सानिध्य में परम शांति का एवं शीतलता का अनुभव कर रही हूँॐ शांतिशांति.....शांति.....

Thanks to Baba



Thanks to All of You