उच्चतम स्तर की पवित्रता का अनुभव

पवित्रता आत्मा के जन्मजात गुणों में से एक सबसे महत्वपूर्ण गुण है। आत्मा के अन्य जन्मजात गुण जैसे की शांति, प्रेम, सुख, आनंद, शक्ति और ज्ञान का आधार भी पवित्रता ही है। आत्मा के सभी अन्य जीवन मूल्य और सकारात्मक भावनाओं का आधार भी आत्मा की पवित्रता ही है| इस संगमयुग में हम राजयोग के अभ्यास से उच्चतम स्तर की पवित्रता का सहज अनुभव कर सकते हैं| जब हम आत्म स्वस्मृति में स्थित हो कर हमारे पवित्रता के सागर परमपिता प्यारे शिवबाबा साथ बुद्धि से जुट जाते है तब पवित्रता की अनुभूति सहज कर सकते हैं| योगाभ्यास में हमारे स्वर्णिम-युगी पवित्र जीवन को इमर्ज करके भी हम उच्चतम पवित्रता की अनुभूति कर सकते हैं। आइए पवित्रता की इस उच्चतम स्तर की अनुभूति करने के लिए हम निम्नलिखित राजयोग का अभ्यास करें।

योगाभ्यास :

आरामदायक मुद्रा में बैठें.... गहरी सांस लेना शुरू करें.... धीरे-धीरे सांस लें और

छोड़ें.... जब आप श्वास लें तो अपने पेट को धीरे-धीरे बाहर की ओर आने दें और जब आप साँस छोड़ते हैं तो अपने पेट को अंदर की ओर जाने दें.... अपना ध्यान अपनी श्वास पर केंद्रित करें और क्रमश: साँस अन्दर लेने और छोड़ने के दौरान अपनी नासिका की भीतरी दीवारों पर हवा के अंदर और बाहर जाने के प्रवाह को महसूस करने का प्रयास करें.... आशा है कि आप इसे महसूस कर रहे हैं.... अपनी सांस पर अपनी एकाग्रता को और बढ़ाएं और अब अन्दर जाती हुई हवा की ठंडक और बाहर निकलती हुई हवा की उष्णता का अनुभव करने का प्रयत्न करें.... आशा है कि आप इसका अनुभव कर रहे हो.... अब आपका मन पूरी तरह से एकाग्र, स्थिर और शांत हो गया हैं..... अब अपना ध्यान अपनी सांस पर से हटा लें और इसे अपने मस्तिष्क के मध्य में केंद्रित करे.... इस स्थान पर अपने आप को एक प्रकाशबिंदु के रुपमे देखें.... ज्योतिबिंदु स्वरूप में अपने आपका और साथ साथ अपने भौतिक देह का मनोचित्रण करें.....

आत्मिक स्मृति में स्थित हो कर पवित्रता का अनुभव करना :

अब इस दृश्य के साथ अपने से

स्वसुचन करें|

"मैं न तो यह भौतिक शरीर हूं और न ही सूक्ष्म शरीर.... लेकिन मैं एक आत्मा हूं.... एक प्रकाशमय ज्योतिर्बिंदु हूँ... मैं एक अनादि अविनाशी आत्मा हूँ.... मेरा अनादी समय से अस्तित्व है और अनंत काल तक बना रहेगा.... क्योंकि मैं एक अजर, अमर, अविनाशी आत्मा हूँ.... मौलिक तथा बुनियादी रूप से मैं आत्मा पवित्रता स्वरूप, शांत स्वरूप, प्रेम स्वरूप, आनंदपूर्ण और शक्तिशाली हूँ.... मेरे इन जन्मजात गुणों में से पवित्रता मेरा सबसे ज्यादा महत्वपूर्ण बुनियादी गुण है.... पवित्रता ही मेरे सुख और शान्ति की जननी है.... मैं एक पवित्र आत्मा हूँ.... पवित्रता ही मेरा मुलभुत व्यक्तित्व (Personality) है.... पवित्रता ही मेरी सच्चाई (Reality) है.... पवित्रता ही मेरा राजत्व (royalty) हैं.... पवित्रता ही मेरे ब्राह्मण का श्रृंगार है.... मैं अपने मौलिक स्वरूप, अर्थात पवित्रता में स्थित हो गया हूँ.... अब मैं अपनी उच्च स्तर की पवित्रता का अनुभव कर रहा हूँ.....

परमधाम में पवित्रता के सागर शिवबाबा के सानिध्य में पवित्रता की अनुभूति करना:

मैं आत्मा, सूक्ष्मातिसुक्ष्म अणु समान ज्योतिर्बिंदु हूँ..... अब अपने स्थूल तथा सूक्ष्म शरीर को पीछे छोड़ रही हूँ.... और मैं आत्मा मेरी बीजरूप स्थिति में, अंतरिक्ष में; ऊपर की ओर जा रही हूँ.... पृथ्वी ग्रह एवं सूर्य मंडल को पीछे छोड़ते हुए मैं ऊपर की और जा रही हूँ..... तारा मंडल को पीछे छोड़ते हुए मैं परमधाम की और जा रहा हूँ..... यह यात्रा कितनी सुखद और आनंदपूर्ण यात्रा है!!!... अब मैं अपने असली निवास स्थान, निराकारी दुनिया में प्रवेश कर रही हूँ.... यहाँ चारों ओर

अनंत तक सुनहरा लाल दिव्य प्रकाश फैला हुआ है.... यहाँ न संकल्प है, न शब्द है, न कोई क्रिया है..... न कुछ साकार है न कोई आकार है.... चारों ओर सिर्फ संपूर्ण नीरवता और गहरी शांति हैं..... यहाँ, इस परमधाम में, मेरे सबसे प्यारे *शिवबाबा, जो* पवित्रता के सागर है, वो महाज्योति के रुपमे मेरे सामने हैं..... पवित्रता के शक्तिशाली स्पंदन (vibration) महाज्योति शिवबाबा से चारों ओर फैल रहे है..... कुछ स्पंदन मुझे भी छू रहे हैं..... और मुजमें समा रहे है.... मैं पवित्रता से पूर्ण रूप से भरपूर हो रहा हूं..... मैं पूरी तरह से पवित्रता से भरपूर हो गया हूँ.... मैं पवित्रता की उच्चतम स्तर की अनुभूति, पवित्रता के सागर शिवबाबा के सानिध्य में, कर रहा हूँ.... अब मैं पवित्रता का महाशक्तिशाली स्रोत हूँ.... पवित्रता के शक्तिशाली स्पंदन मेरे चारों ओर से प्रसारित हो रहे हैं...

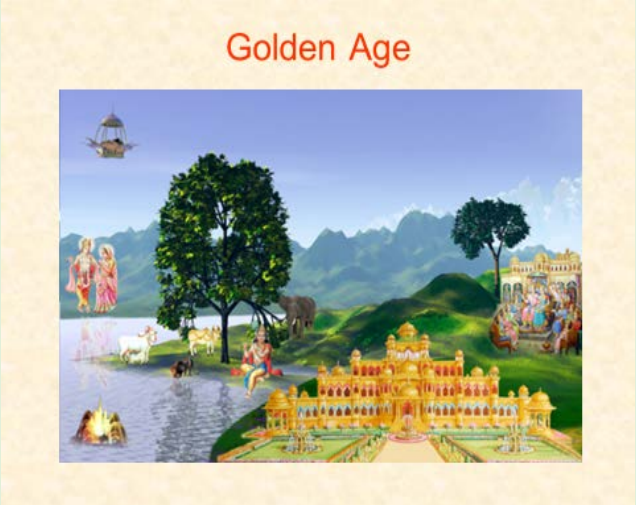
पवित्रता के प्रकंपन चारों ओर प्रसारित करना तथा फैलाना:

इस शक्तिशाली और सबसे पवित्र बीजरूप अवस्था में मैं अब साकारी दुनिया में नीचे उतर रहा हूँ.... और फिर से स्वयं को अंतरिक्ष में पृथ्वी के गोले के ऊपर स्थिर कर रहा हूँ..... पवित्रता की शक्तिशाली अंनंत

किरणें मुझ आत्मा से प्रसारित हो रही हैं.... और पृथ्वी के गोले के चारों ओर फ़ैल रही हैं.... पृथ्वी पर की सभी मनुष्य आत्माएं, प्रकृति के प्रत्येक जड़ तत्व और प्रत्येक प्राणी और पेड़-पौधे पवित्रता की इन किरणों को प्राप्त कर रहे हैं ..... वे सभी पवित्रता से भरपूर हो रहे हैं..... पूरे वातावरण से सभी प्रकार की अपवित्रता दूर हो रही है.... मेरी पवित्रता के प्रकाश से पृथ्वी से सभी दुर्गुण और पाप नष्ट हो रहे हैं.... अब तो सर्वत्र पवित्रता फैली हुई है.... अब मुझे विश्वास है कि बहुत ही कम समय में समग्र विश्व में उच्चस्तर की तथा स्थायी पवित्रता होगी..... पृथ्वी पर फिरसे स्वर्णिम युग होगा.....

स्वर्णिम युग के दैवी जीवन को इमर्ज कर पवित्रता को अनुभव करना:

इस विश्व नाटक में अपनी सनातन भूमिका निभाने के लिए, मैं अपने पार्ट की यात्रा की शुरुआत स्वर्णिमयुग के आदि से ही करता हूं..... अपनी दिव्य भूमिका शुरू करने के लिए, मैं परमधाम को छोड़ देता हूं... और चमकते सितारे के रूप में पृथ्वी पर उतरता हूं.... तथा देवी-देवता के रूपमें अपना पहला जन्म, पहले लक्ष्मी नारायण के साम्राज्य में लेता हूँ... यहाँ मैं उच्चतम स्तर की पवित्रता, शांति और वैभव का अनुभव करता हूँ.... यहाँ मेरा स्थूल



शरीर भी संपूर्ण पवित्र, सुंदर और पूरी तरह से स्वस्थ है.... यहाँ प्रचुर मात्रा में समृध्धि और आनंद ही आनंद है.... यहाँ मैं सम्पूर्ण निर्विकारी हूँ.... तथा सभी मूल्यों और गुणों से संपन्न हूँ.... यहाँ मैं उच्चतम स्तर की पवित्रता का अनुभव करता हूँ.... यहाँ मैं डबल ताजधारी हूँ.... पवित्रता का ताज एवं रत्नजडित ताज धारण करता हूँ.... प्रकृति के पाँचों तत्व भी पूरी तरह से पवित्र हैं और हर संभव तरीके से मेरी सेवा करते हैं.... मैं समस्त वातावरण में पवित्रता ही पवित्रता का अनुभव करता हूँ... इस स्वर्णिम युग मे मैं एसी अनुभूति आठ जन्म तक करता हूँ.....

-------- 0 --- ॐ शांति --- 0 -------

ब्र.कु.प्रफुल्लचन्द्र

(M) +98258 92710