परमधाम में शिवबाबा के दिव्य गुणों और शक्तिओं का अनुभव

योगाभ्यास का उद्देश्य

अपनी बीजरूप अवस्था में परमधाम में स्थित हो कर, शिवबाबा के सानिद्ध्य में, उनके विविध दिव्य गुणों और शक्तिओं का अनुभव करना।

योगाभ्यास की विधि के सोपान:

१. सबसे पहले हमें अपनी आत्मिक स्मृति में स्थित हो कर अपने स्वरूप और विविध स्वधर्म में स्थित होने का अभ्यास करना है।

२. उसके बाद अपने स्थूल एवं सूक्ष्म शरीर को धरती पर पीछे छोड़ कर, अपनी बीजरूप अवस्था **में स्थित हो कर,** अंतरीक्ष की यात्रा का आनंद लेते हुए परमधाम में जा कर वहा स्थित हो जाना है।

३. वहा स्थित होकर हमें परमधाम की शांति और दिव्यता का अनुभव करना है|

४. बाबा को अपने सामने इमर्ज कर, खूब प्रेम से, उनके साथ रूह-रिहान करना है और बाबा के विभिन्न दिव्य गुणों और शक्तिओं का गहन अनुभव करना है।

५. अंत में हमें ज्ञान का खजाना देने के लिए और दिव्य अनुभूति कराने के लिए बाबा का तहे दिल से धन्यवाद करना है।

योगाभ्यास:

आरामदायक मुद्रा में बैठें और अपने शरीर को कुछ गहरी साँसें लेते हुए शिथिल कर दें। किसी भी रूप के तनाव से मुक्त हो जाएं| अपना ध्यान अपने ललाट के केंद्र पर केंद्रित करें और यहां पर स्वयं को एक दिव्य चमकते हुए ज्योतिर्बिंदु के रूप में देखीए और साथ-साथ अपने स्थूल तथा सूक्ष्म देह का भी स्पष्ट मनोचित्रण करें| अब यह निश्चित करें:

"मैं अब स्पष्ट रूप से महसूस कर रहा हूं कि मैं एक आत्मा हूं, दिव्य प्रकाश और शक्ति का पूंज हूँ... मेरे स्थूल और सूक्ष्म शरीर से न्यारा हूँ.... मैं एक पवित्र चमकता दिव्य सितारा हूं... यह शरीर मेरा सिर्फ वस्त्र मात्र है जिसे मैं इस विश्वनाटक में अपनी भूमिका निभाने के लिए धारण करता हूं..... मैं, आत्मा, इस भौतिक शरीर के माध्यम से कार्य करता हूं.... मेरी देह अस्थायी और नश्वर है.... लेकिन मैं आत्मा अजर, अमर, अविनाशी, अविभाज्य, अदृश्य हूँ..... मन, बुद्धि और संस्कार मुझ आत्मा की तीन क्रियात्मक शक्तियाँ हैं जिनके माध्यम से मेरी चेतना प्रकट होती है.... मुझ आत्मा का यह तिनो ही सूक्ष्म इन्द्रियों पर संपूर्ण नियंत्रण हैं....

पवित्रता, शांति, सुख, आनंद, प्रेम, शक्ति और सत्य जैसे सात मौलिक जन्मजात गुण मुझ आत्मा के मुलभूत स्वधर्म है... इनमें से, शांति सबसे महत्वपूर्ण है....शांति मेरा व्यक्तिगत मूल्य हैं और स्वधर्म है... मैं शांति से संपन्न हूं.... मैं शान्त स्वरूप आत्मा हूँ... शांति मेरे गले का हार है, जिसे मैं अभी तक बाहर ढूँढ़ रहा था.... अब मै अपने भीतर गहरी शांति का अनुभव कर रहा हूँ....

अब मैं बिंदु स्वरूप आत्मा अपने स्थूल एवं सूक्ष्म शरीर से अलग हो कर

अपनी बीजरूप अवस्था में **स्थित हो रही हूँ...** मेरी इस बीजरूप अवस्था में, अंतरिक्ष में उड़ान भर, **मैं** शांतिधाम की ओर जा रहा हूँ... मेरी यह रूहानी अंतरिक्ष यात्रा अनहद आनंददायक हैं... अब मैं साकार लोक की सीमा को पार करते हुए अपने प्यारे परमधाम में प्रवेश कर रहा हूं.... यहाँ ब्रह्मतत्व का सुनहरा लाल प्रकाश चारो ओर अनंत तक फैला हुआ हैं.... यहाँ कुछ भी साकार नहीं हैं कोई आकार भी नहीं हैं... नीरव, मधुर शांति सर्वत्र फैली हुई है.... मैं, शांत-स्वरूप आत्मा, यहाँ अनहद शांति का अनुभव कर रहा हूँ.... मैं गहन शांति के सागर में डूबा हुआ हूँ....

यहाँ, परमधाम में , मेरे प्यारे शिवबाबा, सभी मूल्यों, गुणों और शक्तियों के सागर, स्वयं प्रकाशित मेरे सामने एक दिव्य तथा चमकते सितारे के रूप में हैं.... मेरे सबसे प्यारे और सबसे मीठे बाबा, आप रूप में तो केवल ज्योतिर्बिंदु हो लेकिन आप गुणों में सिंधु हो..... आप शांति और पवित्रता के सागर है, सुख और आनंद के सागर, प्रेम और शक्ति के सागर, सत्य और ज्ञान के सागर हैं ... आप समस्त मनुष्य सृष्टि के और सभी के कल्याणकारी, सुखदाता और पावनकारी हो.....

शांति के सागर की संतान होने के नाते और शांति की दुनिया में शान्तिसागर के सानिद्ध्य में मैं आत्मा **संपूर्ण** शांति का अनुभव कर रहा हूँ.....

पवित्रता के सागर की संतान मै आत्मा परम पवित्र हूँ... आदि अनादि रूप में सम्पूर्ण पावन और पवित्र हूँ.... पवित्रता के सागर से पवित्रता का फाउनटैन निकल रहा है और उसकी धाराएं मुज आत्मा में समा रही है... मै उच्चस्तरीय पवित्रता की अनुभूति कर रहा हूँ ...

प्रेम के सागर के साथ होते हुए मैं असीम प्रेम से भरपूर हो रहा हूं... मेरे प्यारे बाबा आप हमारे पर अपना अपार प्रेम बरसा रहे हैं..... इस दिव्य प्रेम में स्नान करते हुए अब मुझे लगता है कि मैं पूर्ण रूप से समर्थ हूँ- अपने निष्पक्ष प्रेम को सभी साथी आत्माओं के साथ समानता और भाईचारे की भावना के साथ बाँट सकता हूँ....

यहाँ मैं आनंद और सुख के सागर के बहुत करीब बैठा हूँ... मैं अबाधित, दिव्य आनंद और अतीन्द्रिय सुख का अनुभव कर रहा हूँ... बाबा ने मुझे खुशियों की दुनिया का और मेरे स्वर्णिम युगी देवता जीवन का स्पष्ट चित्र दिखाया है, जो मुझे हमेशा खुश और प्रफुल्लित रखता है.....

सर्वशक्तिमान रूहानी शिवपिता की संतान होने के नाते, मैं सर्व शक्तियों से संपन्न बन रहा हूँ... मुझे गहरा अहसास है कि मैं मास्टर सर्वशक्तिमान आत्मा हूं, जो किसी भी प्रतिकूल स्थिति का सामना करने में समर्थ हूँ... अब मैं बाबा के इस विश्व परिवर्तन के कार्य में हर संभव सहयोग प्रदान कर सकता हूं...

हे मेरे ज्ञान के सागर शिवबाबा, एक सर्वोच्च शिक्षक के रूप में आपने मुझे सभी अनादि सत्य ज्ञान से अवगत किया है... आपने मुझे पुरुष, प्रकृति और परमात्मा (Man, Matter and God) के बारे में पूर्ण ज्ञान दिया है... अब मुझे अपने बारे में, तुम्हारे बारे में, विश्वनाटक के इतिहास और पूरे ब्रह्मांड की भूगोल के बारे में पूर्ण ज्ञान प्राप्त हो गया है... अब तुने मुखे त्रिकालदर्शी, त्रिनेत्री और त्रिलोकीनाथ बना दिया है.....

आप इतने दिव्य शक्ति और गुणों के भण्डार हो कि आपके सानिद्ध्य में मै प्रेम, दया, करुणा, क्षमा, सहानुभूति जैसी सकारात्मक भावनाओं से समृध्ध हो गया हूँ,.. आध्यात्मिक समज द्वारा मेरे भावनात्मक विवेक में अभिवृध्धि हुई है.... और अब मैं मेरे आत्मिक भाईओं के दुःख, दर्द, कष्ट के प्रति संवेदनशील हूँ....

यहाँ मैं समस्त मानव जाति के मुक्तिदाता परम सतगुरु शिवबाबा के साथ मुक्तिधाम में हूँ.... मैं अपने भौतिक शरीर और अपने शारीरिक संबंधों के बंधन से संपूर्ण मुक्ति का अनुभव कर रहा हूं ... यहां मैं संपूर्ण विकारों, मेरे कर्मिक हिसाब और पापों के बंधन से मुक्त हो रहा हूँ....

हे मेरे प्यारे पिता अब मेरे सभी संबंध आपके साथ है... विशेष रूप से आप मेरे परम पिता, परम शिक्षक और परम सद्गुरु हैं और केवल आप ही हैं जिन्होंने मुझे दिव्य बुद्धि प्रदान की है... अब आप मुझे अविनाशी शांति और सुख की दुनिया की ओर ले जा रहे हैं... आपके साथ के यह अनमोल पल मेरे लिए बहुत मायने रखते हैं... प्यारे बाबा , आपने मुझे वह सब कुछ अनुभव कराया जो मैं चाहता था, जिसे मैं कभी नहीं भूल सकता... अब मुझे लगता है कि मैं पूरे ब्रह्मांड के कोने कोने से परीचित हूँ तथा जुडा हुआ हूँ.... मैं खुद को समूचे विश्व का अर्थात बेहद का अनुभव कर रहा हूँ... मैं आपका अत्यंत आभारी एवं ऋणी हूँ, आपका रूहानी स्नेह और प्यार हम सब पर सदा बरसता रहे...

..... ॐ शांति .....

ब्र. कु. प्रफुलचंद्र; सानडिएगो; युएसए.

WhatsApp: +91 98258 92710