

---

# FULL STOP - 14

---

➤➤ “मौन”

➤➤ \_ ➤➤ मौन का अभ्यास

→ इसकी शुरुआत स्थूल मौन से होती है और फिर यह धीरे धीरे सूक्ष्म होता जाता है

→ वाणी बहुत छोटी लगने लगती है

→ मौन का कभी कोई प्रदर्शन नहीं होता ... IT IS NOT AN EXHIBITION... यह तो आंतरिक है

→ CONTROLLED SPEECH ( संयमित बोल ) IS DIAMOND....

क्योंकि इसमें मौन का कोई दिखावा नहीं है ...

→ मौन का मतलब यह नहीं की हम वाणी में न आये ... बल्कि वाणी में आते हुए भी आंतरिक मौन बरकरार रहे

→ मौन आत्मा का स्वभाव है ... ORIGINAL NATURE है

➤➤ \_ ➤➤ मौन का अभ्यास

→ वाणी का दमन न करें

→ यह लक्ष्य न रखें की मुझे बोलना नहीं है

→ बल्कि यह लक्ष्य रखें की मुझे आत्म चिंतन और परमात्म चिंतन करना है.. मौन तो उसका परिणाम है

→ DEEP CHURNING AND DEEP ANALYSIS IS THE PRACTISE.... AND SILENCE IS THE RESULT

➤➤ \_ ➤➤ मौन का महत्व

→ मौन सबसे बड़ा रहस्य इन्वेजकशन है

→ मौन जीयदान है

→ मौन ब्रह्मास्त्र है

→ मौन ब्राह्मणों का ब्रह्मास्त्र है

→ मौन संजीवनी बूटी है

→ मौन सबसे बड़ी औषधि है

➤➤ \_ ➤➤ वाणी और संकल्प

→ कम बोलो ... धीरे बोलो... मीठा बोलो

→ कम सोचो ... धीरे सोचो... मीठा सीचो

➤➤ \_ ➤➤ मौन की अवस्था का अनुभव

→ सभी प्रश्नों को समाप्त कर देता है

→ सत्य स्वतः ही अवतरित जा जाता है

→ पूरा दिन मौन में रहकर फिर बाद में जब नुमाशाम योग करेंगे तो

उसका अनुभव कुछ निराला ही होगा

➡ \_ ➡ मौन और अध्यात्म

→ अध्यात्म की यात्रा मौन की यात्रा है

→ जरूरत से ज्यादा वाणी में अध्यात्म कहीं खो जाता है

→ अव्यक्त बापदादा के महावाक्य इतने ज्यादा पावरफुल इसलिए हैं

क्योंकि वह महावाक्य मौन से निकल रहे हैं

---

Avyakt Murli Refrence :- Page Number 15 & 16 Of Full Stop Book

---