Roll No:- 39

Class No:- 2 Question No:- 1

➢➢ *राजयोग का एक मनोरंजक अभ्यास :-*

➳ _ ➳ *हर चीज़ को प्रकाश ही प्रकाश देखना ...*

→ _हर स्थान , हर वस्तु , देहधारी , भोजन को प्रकाश के स्वरुप में देखना ..._

→ _दवाइयां , गाड़ियां, कंप्यूटर, मोबाइल और लिफ्ट भी लाइट ..._

→ _मैं लाइट आतमा, लाइट के चम्मच से , लाइट स्वरुप भोजन स्वीकार कर रही हूँ जो मेरे देह में जाकर लाइट फैला रहा है ..._

➢➢ *मैं आत्मा हलकी हूँ ... किसी बात को पकड़ो मत ... महसूस कीजिये की बातें आ रही है और जा रही है...*

➢➢ *हमारा लक्ष्य super human बनने का है ...*

➢➢ *जैसे जैसे हमारे जीवन में ज्ञान बढता जाता है... इच्छाएं कम हो जाती हैं...*