

Roll No :- 39

Class No :- 6

Question No :- 1

➤➤ स्वयं में कोई भी *परिवर्तन* लाने के लिए, कोई भी बुरी आदत / संस्कार परिवर्तित करने के लिए हमारे अन्दर सबसे पहले *इच्छा शक्ति (Will Power)*

का होना अति आवश्यक है ...

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ *Visualisation Power* से हम अपनी किसी भी आदत में परिवर्तन ला सकते हैं... अपनी इच्छा शक्ति को बढ़ा सकते हैं...

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ खुद की किसी भी बात में परिवर्तन लाने के लिए एकांत में बैठकर खुद की *counselling* कीजिये.... स्वयं के *विवेक* को समझाइये

➤➤ अब बस सदैव यही समझिये की

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ “अंतिम समय प्रारम्भ हो चुका है”

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ *“विनाश काल शुरू हो चुका है”*

➤➤ *श्रेष्ठ महान चिंतन* से अमृतवेला में *जागरण* की अवस्था हो सकती है

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ रात को स्वमान का अभ्यास करते करते ही नींद आ जाए... स्वयं के चारों ओर *7 स्वमानों के 7 पहरेदार* visualize करें :-

→ मैं *बेहद का वैरागी* हूँ

→ मैं आत्मा *निर्मोही* हूँ

→ मैं आत्मा *मास्टर सर्वशक्तिमान* हूँ

→ मैं आत्मा *सर्व बन्धनों से मुक्त* हूँ

→ मैं *ब्रह्म लोक का निवासी* हूँ

→ मैं आत्मा *साक्षी* हूँ

→ मैं *अनासक्त योगी* हूँ, तपस्वी हूँ

➤➤ *Feeling आना / दुःख लेना अर्थात आधी मृत्यु*

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ जीवन की भिन्न भिन्न परिस्थितियों के प्रति अपना *पॉजिटिव attitude* रखें

→ परिस्थियां हमें दुःख नहीं देती ... बल्कि *परिस्थितियों के प्रति हमारा reaction हमें दुःख देता है...*

➤➤ ब्राह्मणों को निम्नलिखित बातों की *भीख मांग रॉयल भिखारी नहीं बनना है*

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ *प्रेम*

➤➤ ➤ ➤ ➤ ➤ *प्रशंसा*

➡➡ _ ➡➡ *Care*

➡➡ _ ➡➡ *सहयोग*

➡➡ _ ➡➡ *Power*

➡➡ _ ➡➡ *सम्मान*

➡➡ _ ➡➡ *स्थूल वस्तुएं*



➤➤ *आपका सच्चा मित्र सिर्फ एक ही है*

➡➡ _ ➡➡ और किसी को भी मित्र बनाने की आवश्यकता नहीं

➡➡ _ ➡➡ हमें स्वयं को *फौलाद* की तरह बनाना है

