साधना के आसमान में वैराग की उड़ान

➢➢ बेहद का वैराग

➳ _ ➳ बेहद के वैराग के बिना हम साकाश देने की सेवा नहीं कर सकते

→ सकाश तो क्या हम कोई भी सेवा नहीं कर सकते

- अपने स्वार्थ (मैं) के विस्तार को सेवा का नाम मत दीजिये

➳ _ ➳ वैराग की अवस्था

→ शक्तिशाली अवस्था

→ किसी पर Emotional अधीनता नहीं

→ किसी से प्यार नहीं चाहिए

→ किसी से कोई Expectations नहीं

- **Greater The Expectations…. Greater The Sorrow**

→ किसी से कामना नहीं

➳ _ ➳ A Religious Mind Is Non Ambitious Mind

➳ _ ➳ 3 प्रकार का वैराग

→ मंद वैराग

- सिर्फ विनाश के बारे में सुना हुआ है

→ मध्यम वैराग

- सिर्फ थोड़े समय का वैराग आता है
- कुछ समय के बाद, फिर से वैसे

→ तीव्र वैराग

- सदा काल का वैराग
- एक बार छोड़ दिया तो बस छोड़ दिया

➳ _ ➳ योग अभ्यास (For - ve वैराग)

→ शमशान घाट में जलती हुई चिताओं को देखिये

→ दोष दृष्टि से संसार को देखिये

→ संसार के दुखो का दर्शन कीजिये

- बीमार व्यक्तियों को देखो
- घर घर के कलह कलेश को देखिये

→ बुज़ुर्ग व्यक्तियों को देखो

→ वृद्धा आश्रम जाइए

→ अनाथ आश्रम देखिये

→ स्वयं को मृत देखिये

- अपनी शव यात्रा को देखिये
- स्वयं के जलते हुए शरीर को देखिये
- लोहों को बाते करते हुए देखिये

→ गृहस्थी जीवन के संघर्ष को देखिये

- भाग ही रहा है इंसान ... पता नही की कहाँ जाना है ?

→ सांसारिक संबंधो पर चिंतन कीजिये

- तो पायेंगे की उससे अधिकतर दुःख ही मिला है

→ सांसारिक वस्तुओं पर चिंतन कीजिये

- तो पायेंगे की उससे अधिकतर दुःख ही मिला है

➳ _ ➳ योग अभ्यास (For + ve वैराग)

→ स्वयं को ईश्वरीय प्रेम से भरपूर कर दीजिये

- जैसे मीरा की अवस्था
- स्वयं को ईश्वरीय प्रेम से इतना भरपूर कर दो की किसी भी देहधारी के प्रेम के लिए कोई जगह ही न बचे