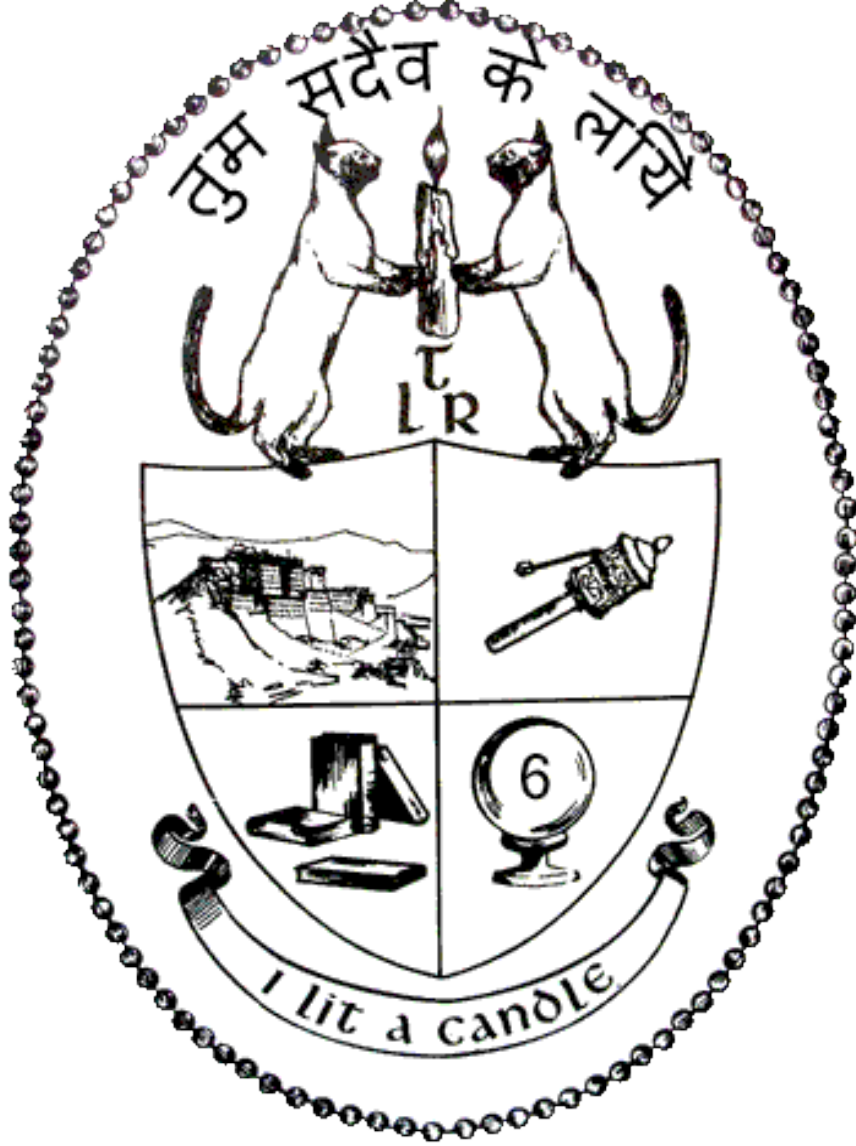


तुम, सदा के लिये
(You For Ever)



मैं दीप जलाता हूँ
(I Lit a candle)

तुम, सदा के लिये (You For Ever)

मूल लेखक
टी. लोबसांग रम्पा

हिन्दी रूपान्तरण कर्ता
डॉ. वेद प्रकाश गुप्ता

शोधकार्यों के हितार्थ

निःशुल्क वितरण के लिये

प्राप्ति स्थल : www.lobsangrampa.org

email : tuesday@lobsangrampa.org

drguptavp@gmail.com

टी लोबसांग रंपा

तुम, सदा के लिये

तुम – सदा के लिये— (मूलतः 1965 में प्रकाशित) अधिभौतिकी में आत्म-प्रशिक्षण की दो पुस्तकों में से पहली पुस्तक। अंततः सत्य! ये पुस्तक, सरल शब्दों में व्याख्या करती है कि, कुछ निश्चित दक्षताओं को सीखना कैसे प्रारम्भ किया जाय और उस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिये क्या करें तथा क्या न करें। सूक्ष्मशरीरी यात्रा, दूरानुभूति, परोक्षज्ञान, प्रभामंडल और बहुत कुछ।

विषय सूची

लेखक का प्राक्कथन	iv
अग्रेषण	v
अनुवादक का निवेदन	vi
निर्देश	1
पाठ एक :	3
पाठ दो :	6
पाठ तीन :	10
पाठ चार :	15
पाठ पाँच :	19
पाठ छै: :	25
पाठ सात :	33
पाठ आठ :	37
पाठ नौ :	43
पाठ दस :	48
पाठ ग्यारह :	53
पाठ बारह :	57
पाठ तेरह :	63
पाठ चौदह :	67
पाठ पन्द्रह :	72
पाठ सोलह :	79
पाठ सत्रह :	85
पाठ अठारह :	94
पाठ उन्नीस :	101
पाठ बीस :	109

पाठ इक्कीस	:	117
पाठ बाईस	:	125
पाठ तेईस	:	133
पाठ चौबीस	:	138
पाठ पच्चीस	:	143
पाठ छब्बीस	:	148
पाठ सत्ताईस	:	152
पाठ अट्ठाईस	:	156
पाठ उन्तीस	:	161
पाठ तीस	:	165
प्रकाशकों के विभाग की दयालुता		168

लेखक का प्राक्कथन

मैं मंगलवार लोबसांग रम्पा हूँ। मेरा यही नाम है, अब ये मेरा वैधानिक नाम है, और मैं, किसी दूसरे नाम से उत्तर नहीं देता। मेरे पास झुण्ड भरे नामों से संलग्न अनेक पत्र आते हैं, वे सीधे रद्दी की टोकरी में चले जाते हैं, क्योंकि, जैसा मैं कहता हूँ, मेरा नाम केवल मंगलवार लोबसांग रम्पा है।

मेरी सभी पुस्तकें सत्य हैं, मेरे सभी दावे एकदम सत्य हैं। वर्षों पहले इंग्लेण्ड और जर्मनी के समाचारपत्रों ने उस समय, जबकि मैं, स्वयं का बचाव करने की स्थिति में नहीं था, क्योंकि मैं हृदय आघात से लगभग मर रहा था, मेरे विरुद्ध एक अभियान प्रारंभ किया। मुझे पालगपन में, निर्दयतापूर्वक सजा दी गई।

वास्तव में, केवल कुछ लोग, मुझसे ईर्ष्या रखते थे और इसलिये उन्होंने “साक्ष्य (evidence)” इकट्ठे किये परन्तु महत्वपूर्ण यह है कि “सबूत के संग्राहकर्ता” ने किसी भी समय, मुझे मिलने का प्रयास नहीं किया! “किसी आरोपी व्यक्ति” को अपनी खुद की कथा सुनाने का अवसर न देना, ये असामान्य है। कोई व्यक्ति, जबतक कि उसे दोषी सिद्ध न कर दिया जाये, अज्ञान होता है; मुझे कभी “दोषी सिद्ध” नहीं किया गया और न ही कभी मुझे, स्वयं का असली होना, सिद्ध करने की अनुमति दी गई।

इंग्लेण्ड और जर्मनी के समाचारपत्रों ने अपने कॉलमों में मुझे कोई स्थान नहीं दिया, इसलिये मैं ऐसा समझे जाने की कि, मैं भोला और सत्य हूँ, परन्तु किसी को भी कहानी का अपना पक्ष सुनाने के लिये अयोग्य, दुर्भाग्यपूर्ण स्थिति में रहा हूँ। विशाल नगरों की एक टेलीविजन श्रृंखला ने मुझे साक्षात्कार देने का प्रस्ताव दिया, परन्तु वह जोर देते रहे कि मैं वहीं कहीं, जो वे मुझसे कहलवाना चाहते थे, दूसरे शब्दों में, झूठ का एक पुलन्दा। मैं सत्य कहना चाहता था, इसलिये मुझे उन्होंने नहीं आने दिया।

मुझे दुबारा कहने दें कि जो कुछ भी मैंने लिखा है वह सत्य है। मेरे सभी दावे सत्य हैं। मेरा इस बात पर जोर देने के लिये कि ये सब सत्य है, विशिष्ट कारण यह है कि निकट भविष्य में मेरे जैसे दूसरे लोग प्रकट होंगे, और मैं नहीं चाहता कि उन्हें पीड़ा झेलनी पड़े, जो तीव्र घृणा के बावजूद, मुझे झेलनी पड़ी है।

लोगों के एक बड़े समूह ने, मेरे पूर्णतः अधिकृत कागजातों को देखा है, जो सिद्ध करते हैं कि मैं पोटाला, ल्हासा, तिब्बत में, एक उच्चश्रेणी का लामा था और मैं चीन में प्रशिक्षित, योग्यता प्राप्त चिकित्सक हूँ। यद्यपि लोगों ने उन कागजातों को देखा, किन्तु जब प्रेस, तलाश करती हुई आसपास आई, वे उन्हें भूल गये।

तब, क्या आप अपने दिमाग में मेरे सकारात्मक आश्वासन को रखते हुए कि पूरी चीज सत्य है, मेरी पुस्तकों को पढ़ेंगे ? मैं वही हूँ, जिसका मैं दावा करता हूँ! मैं क्या हूँ, मेरी पुस्तकों को पढ़ें और तब आप देखेंगे!

टी. लोबसांग रम्पा

अग्रेषण

ये, उन लोगों के लिये, जो उन चीजों को जानने में, जिन्हें जाना जाना चाहिये, गंभीरता से रुचि रखते हैं, निर्देशों का विशेष पाठ्यक्रम है।

पहले यह सोचा गया था कि ये पत्राचार पाठ्यक्रम के रूप हो, परन्तु ये महसूस किया गया कि इस पाठ्यक्रम के लिये आवश्यक व्यवस्था बनाने में, प्रत्येक विद्यार्थी को लगभग पैंतीस पौण्ड का शुल्क देना पड़ेगा। इसलिये मेरे प्रकाशकों के सहयोग से, ये तय किया गया कि, इसे पुस्तक के रूप में प्रस्तुत किया जाय।

आप सराहना करेंगे कि सामान्यतः, एक पत्राचार पाठ्यक्रम में, कुछ प्रश्न होते हैं, जिन्हें विद्यार्थी पूछना चाहते हैं, परन्तु मैं उन प्रश्नों का उत्तर देना, जो इस पुस्तक में उठेंगे, अपने ऊपर नहीं ले सकता, क्योंकि –

आप जानते हैं कि किसी बेचारे गरीब लेखक को, पुस्तकों से बहुत अधिक नहीं मिलता, वास्तव में, उसे बहुत ही कम मिलता है, और बहुधा, लेखक विश्व के सभी भागों से पत्र प्राप्त करता है, और (पत्र) लेखक वापिसी डाकखर्च लगाना “भूल जाते हैं।” तब लेखक के सामने (डाकखर्च) खुद भुगतने या पत्रों को अनदेखा करने का ही विकल्प रह जाता है।

मैंने अपने मामले में, अत्यन्त मूर्खता के साथ, छपे हुए कागजों की कीमत, इबारात को टाइप कराने, डाकखर्च, इत्यादि, इत्यादि, (मैं हुए खर्चों) को भुगता है, परन्तु ये सब बहुत खर्चीला है। इसलिये मैं अब, कैसा भी क्यों न हो, किसी भी प्रश्न या पत्र का, उत्तर देने के लिये तैयार नहीं हूँ, जबतक कि लोग इस विन्दु को अपने मन में न रखें।

एक पाठक के रूप में, आपकी दिलचस्पी ये सुनने में होगी; मुझे, ये कहते हुए कि मेरी पुस्तकें बहुत अधिक महंगी हैं, और मुझे, उन्हें मुफ्त प्रतियाँ भेजनी चाहिये, पत्र मिले हैं। मुझे एक व्यक्ति से पत्र मिला, जिसने कहा मेरी पुस्तकें बहुत महंगी हैं और उसने मेरी प्रत्येक पुस्तक की, एक स्वहस्ताक्षरित प्रति भेजने को कहा, और बाद के विचार के रूप में, उसने यह भी जोड़ दिया कि अन्य लेखकों के द्वारा लिखी हुई दो पुस्तकें भी उसे भेजी जायें। हाँ, मैंने उसके पत्र का उत्तर दिया!

मैं आपको, जोर देकर, ये कहना चाहता हूँ कि यदि आप इस पुस्तक को पढ़ें तो आप इससे अधिक लाभ उठा सकते हैं। यदि आप इस पुस्तक का अध्ययन करें तो आप इससे अधिक लाभ उठायेंगे। आपकी सहायता के लिये, आपको इसमें वे निर्देश जुड़े हुए मिलेंगे, जो पत्राचार पाठ्यक्रम के साथ, छूट गये होते।

इस पुस्तक के बाद में, एक दूसरी पुस्तक होगी, जो गूढविज्ञान के विविध विषयों पर, दैनिक रुचि की, छोटी पुस्तिका (monograph) होगी और एक विशिष्टरूप में स्पष्ट करने वाला एक शब्दकोष भी होगा और विश्व के विभिन्न देशों से, ऐसी पुस्तक पा जाने के प्रयास में, मैंने यह निश्चय किया कि एक (पुस्तक) मैं स्वयं लिखूँ। मैं, दोनों में से पहली को समझने के लिये, इस दूसरी पुस्तक को पूर्ण लाभप्रद एवं आवश्यक समझता हूँ।

टी. लोबसांग रम्पा

अनुवादक का निवेदन

हमारे अंदर असीम नैसर्गिक और परानैसर्गिक शक्तियों का विशाल भंडार भरा पड़ा है। हमें सबसे पहले उन शक्तियों को पहचानना चाहिए। जबतक हम उन्हें नहीं पहचानते हैं, नहीं समझते हैं, तबतक हमारी इन्द्रियाँ उन सीमाओं से बंधी रहेंगी, जो हमें अपनी आश्चर्यजनक पारलौकिक शक्तियों का प्रयोग करने से रोकती हैं। अतः सामान्य जनसाधारण यही समझता है कि पारलौकिक सिद्धियों, बहुत ऊँची कल्पना है अथवा बिलकुल ही अलौकिक चीज़ हैं, जिसे हर व्यक्ति न तो समझ सकता है और न ही प्राप्त कर सकता है। वास्तव में, सभी रहस्यवादी घटनायें पूर्णतः वैज्ञानिक आधार पर और प्रकृति के नियमों के अंतर्गत ही होती हैं, यह बात अलग है कि संबंधित घटनाओं से सम्बंधित नियम, अभी हमारे सामने उद्घाटित नहीं हुए हैं। अतः या तो वे चमत्कार अथवा ऐसी वस्तुयें जो सामान्यतः प्राप्य नहीं हैं, प्रतीत होती हैं। आदिविश्व में अग्नि को भी दैत्य समझा जाता था, परन्तु आज जब हम अग्नि के रहस्यों, जैसे उसे पैदा करना, उस पर नियंत्रण रखना, उसको उपयोग में लाना आदि समझ चुके हैं, अग्नि, अब हमारे लिये मात्र एक साधारण घटना हो चुकी है।

प्रकृति में सदैव कार्य-कारण का सिद्धान्त (cause effect theory) लागू होता है, प्रकृति सदैव ही कठोर नियमों का पालन करती है, हों यदाकदा उसमें कुछ अपवाद हो सकते हैं, ये अपवाद भी कुछ प्रतिबन्धों के अन्तर्गत होते हैं। ये एक अलग बात है कि हम उसके सभी नियमों को अभी तक जान नहीं सके हैं। चराचर को आनन्दित करने और उसे व्यस्त बनाये रखने के लिये, उसे माया में उलझाये रखने के लिये, प्रकृति निरन्तर अपने प्रकार का शतरंज का खेल, खेल रही है, इस शतरंज के खेल के उसके अपने नियम हैं। चूँकि उसके समकक्ष कोई दूसरा प्रतिद्वंदी खिलाड़ी नहीं है, वह स्वयं ही दोनों तरफ की चालें चलती जाती है। सभी अचेतन पदार्थ और चेतन जीव, उसके खेल के मोहरे भी हैं, और दर्शक भी हैं। मानव, सृष्टि की अनुपम कृति है, प्रकृति ने उसे पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ और पाँच कर्मेन्द्रियाँ प्रदान की हैं, प्रकृति ने उसे कल्पना, इच्छा, मन और बुद्धि, प्रदान की हैं। वह प्रकृति के खेल को ध्यान से देखता है, यदाकदा कोई नियम उसकी समझ में आ जाता है, उदाहरण के लिये सेब के फल तो सदैव से ही नीचे गिरते रहे हैं और सदैव ही नीचे गिरते रहेंगे परन्तु, नीचे गिरते हुए सेब को न्यूटन ने देखा, उस घटना पर गम्भीरता विचार किया और उसके समक्ष गुरुत्वाकर्षण का नियम उद्घाटित हो गया। पानी तो उबलने पर सदैव से ही केतली के ढक्कन को उछालता रहा है और सदैव ही उछालता रहेगा परन्तु, जार्ज स्टीवेंसन ने इस घटना को देखा, उस पर गम्भीरतापूर्वक विचार किया और उसने भाप के इंजन को बना डाला। प्रकृति, अपने रहस्यों को गम्भीर जिज्ञासुओं के समक्ष निरन्तर इसी प्रकार खोलती रहती है। प्रकृति रहस्यों का महासागर है, अभीतक प्राकृतिक विज्ञान (natural science), इनमें से मात्र कुछ को ही खोज पाया है, आशा है भविष्य में कुछ और बहुमूल्य मोती भी मिल सकेंगे परन्तु, मनुष्य कभी भी प्रकृति के पूरे रहस्यों को नहीं जान सकेगा क्योंकि, प्रकृति असीम है। ये सम्पूर्ण ब्रह्मांड उसकी प्रयोगशाला है। हम, सभी प्राकृतिक परिस्थितियों को कृत्रिम रूप से पृथ्वी की प्रयोगशालाओं में कभी भी नहीं बना सकेंगे। उदाहरण के लिये, ताप तो पूरी सृष्टि में सर्वत्र व्याप्त है, तारों में करोड़ों डिग्री सैल्सियस से लेकर, रिक्त स्थानों में लगभग शून्य डिग्री कैल्विन (-273 डिग्री सैल्सियस) तक का ताप, सृष्टि में सहज ही उपलब्ध है, परन्तु हम प्रयोगशाला में न तो ऐसे तापों को पैदा कर सकते हैं और नहीं उसे सहेज कर रख सकते हैं। विकास की प्रक्रिया में प्रकृति निरन्तर, नये जीवों का सृजन तथा पुराने जीवों में परिस्थितियों के अनुकूल परिवर्तन करती रहती है। वैज्ञानिक, जीवन को लम्बा बनाने, बृद्धावस्था को कम करने, बीमारियों पर नियंत्रण करने, जीवों और वनस्पतियों में संकर प्रजातियाँ पैदा करने के प्रयोग निरन्तर करते रहते हैं, परन्तु मृत्यु को टालना अथवा समाप्त कर पाना, शायद कभी सम्भव नहीं हो सकेगा।

जीवन और मृत्यु के दर्शन पर विचार करें, क्या मृत्यु जीवन का अंत है ? क्या मृत्यु के बाद सब

कुछ समाप्त हो जाता है ? ऐसा समझना भारी भूल है, न ही मृत्यु जीवन का अंत है और न ही मृत्यु के बाद सब कुछ समाप्त होता है। मनुष्य, शरीर के बाहर निकलने की स्थिति को, शरीर में प्रवेश करने की स्थिति को और शरीर में रहकर विषयों के भोगने की स्थिति को, न जान पाता है और न ही समझ पाता है। वास्तव में, जब हम शरीर से अलग होते हैं, तब एक गहरी बेहोशी की स्थिति उत्पन्न हो जाती है जिसे हम मृत्यु की मूर्छा कह सकते हैं, अधिकांश लोग इस मृत्यु की मूर्छा की अवस्था में ही मृत्यु को प्राप्त करते हैं। मृत्यु के पहले ही यह रहस्यमय मूर्छा आ घेरती है इसलिए मनुष्य मृत्यु के अनुभव से वंचित रह जाता है। केवल वे जिन्हें आत्मज्ञान प्राप्त हो चुका है, जिन्हें स्वेच्छा से शरीर से बाहर निकलने और दुबारा प्रवेश करना आता है, केवल वे ही पूर्ण चेतन अवस्था में शरीर को छोड़ते हैं।

श्री अरुण कुमार शर्मा ने अपनी पुस्तक " तिब्बत की वह रहस्यमय घाटी" (प्रकाशक, आगम निगम प्रकाशन, वाराणसी) में लिखा है कि मृत्यु के लगभग 40-50 मिनट पूर्व मनुष्य मूर्च्छित हो जाता है और इस बीच आत्मा धीरे-धीरे शरीर से अलग होती है, यहाँ तक कि मृत्यु के बाद भी व्यक्ति मूर्छा में ही बना रहता है। मृत्यु के समय, जब आत्मा शरीर से अलग होता है तब भौतिक शरीर की इन्द्रियों पीछे छूट जाती हैं परंतु मन सूक्ष्मवासनाओं, सूक्ष्मसंस्कारों को समेटकर, आत्मा के साथ सर्वथा नई यात्रा पर बाहर निकल जाता है। मन, जो चंचल और क्रियाशील है और आत्मा, जो अजर, अमर, अविनाशी है और साक्षी है, एक ही पदार्थ के दो रूप हैं। मन इन्द्रियों का राजा है, मन कर्ता है और आत्मा, उस कर्ता का एकमात्र साक्षी है।

तात्त्विक या दार्शनिक लोग, इस मूर्छा को अज्ञान कहते हैं। मनुष्य अज्ञान में ही मरता है, अज्ञान में ही जन्म लेता है। जन्म और मृत्यु के बीच जीवन है। यह जीवन भी अज्ञान ही है। हम अज्ञान में जन्म लेते हैं, अज्ञान में जीवन जीते हैं और अज्ञान में ही मरते भी हैं। इसी का दूसरा नाम माया है। जन्म और मृत्यु, प्रकृति की अवस्थायें हैं। जन्म स्वयं पीड़ा है, मगर मृत्यु और बड़ी पीड़ा है, सबसे बड़ी और गहरी वेदना है।

लेकिन उच्चकोटि के साधक योगी, जो ध्यान की गहराइयों में उतरने की योग्यता रखते हैं अपने जीवनकाल में ही आत्मज्ञान प्राप्त कर लेते हैं, शरीर एवं आत्मा के गुणों और रहस्यों से भलीभाँति परिचित हो जाते हैं, वे शरीर को एक वस्त्र की भाँति त्याग देते हैं, उन्हें शरीर के प्रति किसी प्रकार का मोह नहीं होता। योगी, आत्मा के स्वतंत्र अस्तित्व को, उसकी शाश्वतता को, उसकी अविनाशता और निर्लिप्तता को जान लेते हैं। वे अपने जीवनकाल में ही, होश हवास में शरीर के बाहर आने जाने का अभ्यास कर लेते हैं। उनके लिए मृत्यु एक साधारण परिचित घटना मात्र होती है। यदि हम होश और चेतना में मरते हैं तो निस्संदेह हमारा जन्म भी होश और चेतना में होगा और हमें अपने पिछले जन्मों का, पिछले जीवन का भी स्मरण बना रहेगा। पूर्व जन्म में हमने क्या अच्छा या बुरा किया यदि उन सबकी स्मृतियाँ जाग जाएँ तो वर्तमान जीवन में उनसे शिक्षा ग्रहण की जा सकती है। सभी धर्माचार्य और सभी तत्ववेत्ता कहते हैं कि शरीर नाशवान है। संसार मिथ्या है और केवल आत्मा अजर, अमर, अविनाशी और शाश्वत है। स्वयं को शरीर नहीं, आत्मा मानकर चलना चाहिए परन्तु, हमारा मन ये सब मानने को तैयार नहीं होता। हम शरीर को ही, "मैं" मान लेते हैं, इसलिए दुनियादारी के सारे काम शरीर के माध्यम से करते हुए, स्वयं को कर्ता समझते हैं। शास्त्रसम्मत बच्चों को मानकर, स्वयं को शरीर से पृथक, आत्मा मान लेना, अभ्यास से सम्भव हो सकता है परन्तु इसका यथार्थ अनुभव कर पाना आत्मज्ञान कहलाता है और ये ही मानव जीवन का अंतिम ध्येय माना जाता है।

चित्त अथवा मन में निरन्तर हजारों की संख्या में विचार, विकल्प उठते रहते हैं। मन को पूर्वाग्रहों और विश्वास योग्य तत्वों से रिक्त करना, कुछ कठिन अभ्यास के साथ प्राप्त किया जा सकता है, परंतु चित्त को लंबे समय तक शून्य बनाकर नहीं रखा जा सकता। रम्पा की वर्तमान पुस्तक में, जिस अतीन्द्रियज्ञान, परोक्षज्ञान और सूक्ष्मलोक और सूक्ष्मशरीर से सूक्ष्मलोकों की यात्राओं का वर्णन किया गया

है, वह मूलतः चेतना को शरीर से बाहर निकालने के बाद ही संभव होता है। रम्पा ने इस पुस्तक में, इसके लिए कुछ व्यावहारिक विधियाँ सुझाई हैं। असल में ये पुस्तक एक कार्य पुस्तिका के रूप में लिखी गई है, जिसमें जगत और आध्यात्म दोनों को ही एक भिन्न तरीके से समझाने का प्रयास किया गया है। योग में समाधि की प्राप्ति प्राणायाम से मानी जाती है, प्राणायाम अर्थात् श्वसन का एक निश्चित और उत्तम तरीका। रम्पा ने इस पुस्तक में श्वसन के तरीकों और सम्मोहन में जाने की विधियों का भी उल्लेख किया है, जिनको साधक लोग अभ्यास में लाने का प्रयोग कर सकते हैं। अश्रद्धा अच्छी बात नहीं है, श्रद्धा और विश्वास से सब कुछ सम्भव हो सकता है।

अगस्त माह में एक दिन मैं दोपहर में अपने कार्य में व्यस्त था, तभी नेपाल से एक महानुभाव, श्री कामदेव भट्टाचार्य का फोन मेरे पास आया और उन्होंने मुझे इस पुस्तक का हिन्दी अनुवाद उपलब्ध कराने का आग्रह किया। वे पहले से ही मेरी कुछ पुस्तकों को पढ़ चुके थे। अतः प्राथमिकता के आधार पर इस पुस्तक का अनुवाद हाथ में लिया गया। एक बात मैं स्पष्ट कहना चाहूँगा कि अनुवाद में मेरा कुछ भी नहीं है। मूल रूप से जो कुछ भी रम्पा ने अपनी पुस्तकों में लिखा है उसी को मैंने यथासंभव सरल, धाराप्रवाह भाषा में प्रस्तुत करने का प्रयास किया है। हाँ, विषय को स्पष्ट करने के लिए कुछ टिप्पणियाँ अपनी ओर से जोड़ी हैं। ये भी मैंने विभिन्न स्रोतों से प्राप्त की हैं। मेरा अपना कुछ भी नहीं है, न तो मैं इस विषय का विद्वान हूँ और न ही इस क्षेत्र में साधक। केवल उत्सुकतावश मैं इसप्रकार की विषयवस्तु का अध्ययन करता रहता हूँ और जैसे-जैसे संदर्भ मिलते हैं, वैसे-वैसे उनको परस्पर जोड़कर कड़ी बनाने का प्रयास करता हूँ। इसलिए मैं ये दावा नहीं कर सकता कि इस पुस्तक में दिए गए सभी अभ्यास सही होंगे। यह तो पाठकगण ही स्वयं अभ्यास करके देखें।

रूपांतरण के इस कार्य में मुझे अपने मित्रों विशेषकर, श्री राम प्रकाश गुप्ता, श्री देवेन्द्र भार्गव, डॉ. वाय. के. दीक्षित, डॉ. आर. डी. दीक्षित का भावपूर्ण सहयोग प्राप्त हुआ है, इसके लिए मैं उनका आभारी हूँ। पांडुलिपि को तैयार करने में श्री राकेश गोयल, कुमारी रागिनी मिश्रा एवं श्री प्रदीप सेन का उल्लेखनीय सहयोग प्राप्त हुआ है, इसके लिये वे धन्यवाद के पात्र हैं। विशेषरूप से, श्री प्रगल्भ शर्मा, जो मेरे साथ लम्बे समय से जुड़े रहे हैं, के सहयोग के बिना, इस पुस्तक का प्रस्तुतिकरण संभव नहीं था, का मैं ऋणी हूँ। मैं पुनः उन सभी का आभार व्यक्त करता हूँ, जिन्होंने प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्ष रूप से, इस पावन कार्य में सहयोग किया।

पुस्तक के प्रस्तुतिकरण में निश्चित रूप से कुछ त्रुटियाँ रह गयी होंगी, मैं उनके लिये पाठकों से क्षमायाचना करता हूँ तथा अपेक्षा करता हूँ कि विद्वत् पाठकगण, उन्हें मेरे संज्ञान में लाने का कष्ट अवश्य करेंगे ताकि उन्हें यथाशीघ्र सुधारा जा सके।

डॉ. वेद प्रकाश गुप्ता

इन्दिरा कॉलोनी, नया बाजार, लश्कर
ग्वालियर – 474009, (म.प्र.), भारत
फोन 0751-2433425
मोबाइल : 9893167361
email : drguptavp@gmail.com

प्रथम ई-संस्करण 29 अक्टूबर 2016

तदनुसार, महानिशा, दीपावली
कार्तिक कृष्णा 30, सम्बत् 2073 विक्रमी

निर्देश

हम-आप और मैं-एक साथ मिलकर काम करने के लिये सहमत है ताकि आपका मानसिक विकास, स्थिर गति से आगे बढ़ सके। इन पाठों में से कुछ, शायद, दूसरों की तुलना में, लम्बे और मुश्किल होंगे परन्तु ये पाठ भरे गये नहीं हैं; जहाँतक हम सक्षम हैं, इनमें बिना किसी सजावटी काटछाँट के, वास्तविक खाद्य है।

हर हफ्ते में, एक निश्चित रात्रि, जिसमें पाठ्य की इस कार्यपुस्तक (lesson-workbook) का अध्ययन करना है, का चुनाव करें। एक निश्चित स्थान पर, एक निश्चित दिन, एक निश्चित समय पर, अध्ययन करने की आदत बनावें। शब्दों को मात्र पढ़ने की अपेक्षा, कुछ अधिक ही करना है, क्योंकि आपको (अपने अन्दर) उन विचारों को अवशोषित करना है, जो आपके लिये एकदम अजूबे हो सकते हैं, और नियमित आदतों का मानसिक अनुशासन, इसमें आपको बहुत बड़ी सहायता करेगा।

कोई स्थान चुनें-एक कमरा अलग से-जहाँ आप आराम में अनुभव कर सकें। यदि आप अधिक आराम में होंगे तो आप अधिक आसानी से सीखेंगे। आप चाहें तो लेट जायें, परन्तु किसी भी अवस्था में एक ऐसा रुख अपनायें, जिसमें मांसपेशियों के ऊपर कोई तनाव न हो, जहाँ आप शिथिल हो सकें ताकि आपका पूरा ध्यान छपे हुए शब्दों पर और उनके पीछे के विचारों पर रहे। यदि आप तनाव में हैं तो आपकी चेतना का अधिकांश भाग, उस तनाव को महसूस करने में व्यय हो जाता है। एक या दो घण्टों के लिये, या जितना भी समय आपको इस पाठ्य-पुस्तक को पढ़ने में लगे, आप ये निश्चित करना चाहते हैं कि कोई भी आदमी अन्दर प्रवेश न करे और आपके विचारों को भंग न करे। अपने कमरे का-अपने अध्ययन कक्ष का-दरवाजा बंद करें। प्राथमिकता के साथ ताला लगायें, और खिड़की के पर्दे गिरा दें, जिससे कि दिन के प्रकाश की चमक, आपके ध्यान को खराब न कर सके। कमरे में केवल एक बत्ती जली रहने दें, और वह आपसे थोड़ा पीछे रखा हुआ, पढ़ने वाला लेम्प होना चाहिये। ये बाकी कमरे को पूरी तरह से अंधेरे में रखते हुए, आपको पर्याप्त रोशनी देगा।

लेट जायें या कोई भी स्थिति, जो आपको पूरी तरह आरामदायक और सुखद हो, बनायें। कुछ क्षणों के लिये शिथिल हों, लम्बी-लम्बी सांसें लें, अर्थात् वास्तव में, एक के बाद एक, तीन लम्बी सांसें, सांस को तीन या चार सेकण्ड को रोकें और तीन या चार सेकण्डों में बाहर को निकालें। कुछ अधिक सेकण्डों के लिये, शांति के साथ विश्राम करें, और तब इस पाठ्य-अभ्यास पुस्तिका को उठायें और पढ़ें। पहले आसानी से पढ़ें-ठीक वैसे ही, मानो कि आप एक अखबार पढ़ रहे हैं। जब आप ये कर चुकें, तब कुछ पलों के लिये रुकें और जो आपने हल्के से पढ़ा, उसको अपने अवेचतन में डूबने दें। तब फिर नये सिर से शुरुआत करें। कुशाग्रतापूर्वक, पाठ्य-अभ्यास पुस्तिका से, पेरोग्राफ से पेरोग्राफ तक गुजरें। यदि कोई चीज आपको समस्या पैदा करती है तो आप उसको, एक सुविधाजनक स्थान पर रखी गई पुस्तिका में लिख लें। किसी भी चीज को रटने का प्रयास न करें, किसी छपे हुए शब्द का गुलाम होने की तुक नहीं है। इस पाठ्य-अभ्यास पुस्तिका जैसी पुस्तक का एकमात्र उद्देश्य, आपको अपने अवेचतन में डुबाना है। याद करने का चेतन प्रयास, बहुधा शब्दों के पूरे अर्थ को समझने के लिये अंधा कर देता है। आप किसी परीक्षा में नहीं बैठ रहे हैं, जहाँ कुछ निश्चित वाक्यांशों का पूरा-पूरा दोहराना आवश्यक हो। बदले में, आप ज्ञान को अपने अंदर भर रहे हैं, जो आपको हाडमांस के इस शरीर के बंधन से मुक्त

कर देगा और आपको ये देखने के लिये सक्षम बनायेगा कि इस मानवशरीर को किस ढंग से और किस उद्देश्य के साथ पृथ्वी पर भेजा गया है। जब आप इस पाठ—अभ्यास पुस्तिका से दुबारा गुजरें तो अपने नोट्स को देखें और उन बिन्दुओं के ऊपर आश्चर्य करें, विचार करें, जिन्होंने आपको समस्या में डाला है, वे बिन्दु जो आपको स्पष्ट न हों। हमारे लिये, लिख लेना और अपने प्रश्न का उत्तर पाने की इच्छा रखना, बहुत आसान है; ये आपको अवचेतन में डुबाने में सहायक नहीं होगा। ये आपके लिये अच्छा और कृपापूर्ण होगा कि आप उत्तर पर स्वयं विचार करें।

आप अपनी भूमिका निभायें। कोई भी चीज, जो रखने लायक है वास्तव में, अभ्यास करने लायक भी है। चीजें, जो मुक्त छोड़ दी जाती हैं, सामान्यतः इसलिये छोड़ी जाती हैं, क्योंकि वे भार लेने योग्य नहीं होतीं। आप अपने दिमाग को खुला रखें; आप नये ज्ञान को अवशोषित करने के लिये तैयार रहें। आप ये कल्पना करें कि ज्ञान आपके अन्दर उतर रहा है। याद रखें कि, “आदमी जैसा सोचता है, वैसा ही होता है।”

पाठ एक

इससे पहले कि हम अधिस्वयं (overself) की प्रकृति को समझने का प्रयास करें या "गूढ़विज्ञान (occult)" के किसी विषय पर व्यवहार करने की कोशिश करें, हमको ये सुनिश्चित होना चाहिये कि पहले हम आदमी की प्रकृति को समझें। इस पाठ्यक्रम में हम "मनुष्य" शब्द का उपयोग आदमी और औरत दोनों को बताने के लिये करेंगे। प्रारम्भिक अवस्था में हमें निश्चितरूप से कहने दें कि, गूढ़विज्ञान और अतीन्द्रियज्ञानों के संबंध में, औरत कम से कम सभी मामलों में, आदमी के समान है। औरत के पास, वास्तव में, अधिक चमकीला प्रभामण्डल (aura) होता है और अमूर्तभौतिकी (metaphysics) के दूसरे अन्य चेहरों को समझने और प्रशंसा करने के लिये, अच्छी क्षमता भी होती है।

जीवन क्या है?

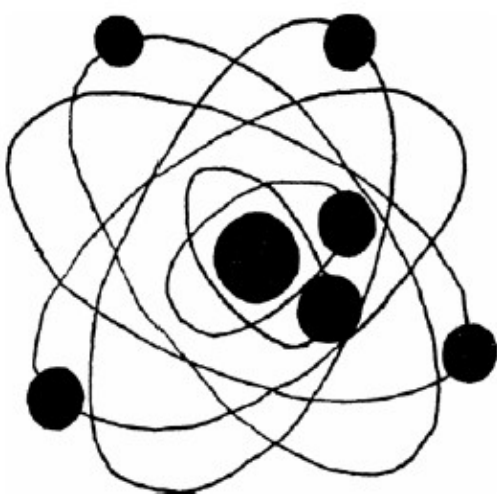
वास्तव में, हर चीज, जिसका अस्तित्व है, वह "जीवन" है। एक प्राणी, जिसे सामान्यतः "मृत" समझा जाता है, वह भी जीवित है। उसके जीवन का सामान्य प्रकार (normal form), समाप्त हो गया हो सकता है—और इसने हमको उसे मृत कहने के लिये कहा होगा—परन्तु उसके इस "जीवन" के समाप्त होने के साथ ही, उसे जीवन का ताजा स्वरूप मिल जाता है। जीवन की प्रक्रिया, मृत्यु की इस प्रक्रिया को अपने आप ही करती है।

हर चीज, कंपन करती है, हर चीज निरन्तर गतिमान अणुओं से बनी हुई है। हम यहाँ परमाणु (atom), न्यूट्रॉन (neutron), प्रोटोन (proton), इत्यादि के बदले में अणु शब्द का उपयोग करेंगे, क्योंकि ये अमूर्तभौतिकी का पाठ्यक्रम है, रसायन (chemistry) या भौतिकी (physics) का पाठ्यक्रम नहीं। हम, अनर्गल विषयों पर सूक्ष्मविस्तार में जाने के बजाय, उसके एक सामान्य चित्र को उभारने की कोशिश कर रहे हैं। पहले उन शुद्धवादियों (purists) को प्रसन्न करने के लिये, जो अन्यथा हमें ज्ञान, जो पहले से ही हमारे पास है, देने के लिये लिखेंगे, शायद हमें अणु और परमाणुओं के संबंध में कुछ शब्द कहने चाहिये। अणु छोटे होते हैं, बहुत छोटे, परन्तु वे इलेक्ट्रॉन सूक्ष्मदर्शी (electron microscope) की सहायता से और उनके द्वारा, जो अमूर्तभौतिकी की कला में प्रशिक्षित किये गये हैं, देखे जा सकते हैं। शब्दकोष के अनुसार, अणु किसी पदार्थ का सबसे छोटा भाग है, जो स्वतंत्ररूप से अस्तित्व में रह सकता है, जोकि उस पदार्थ के सभी गुणों को अपने अन्दर धारण करता है। यद्यपि, अणु (molecules) छोटे होते हैं, तथापि वे भी और छोटे—छोटे कणों, जिन्हें हम "परमाणु" कहते हैं, से मिल कर बने होते हैं।

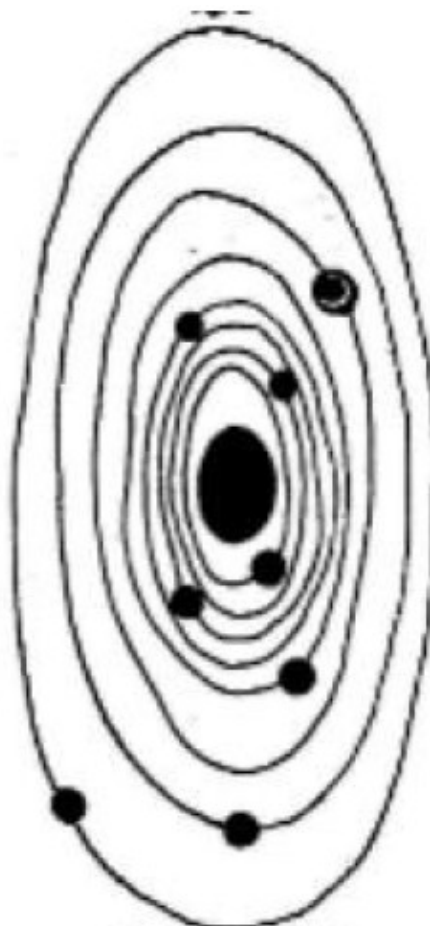
परमाणु एक छोटे सौरमण्डल (solar system) की तरह से होता है। परमाणु का नाभिक, (nucleus) हमारे अपने सौरमण्डल में सूर्य का निरूपण करता है। इस "सूर्य" के चारों ओर इलेक्ट्रॉन ठीक वैसे ही घूमते हैं, जैसेकि हमारे सौरमण्डल में सूर्य के चारों ओर ग्रह घूमते हैं। सौरमण्डल की भाँति, परमाणु का अधिकतर भाग, रिक्त स्थान होता है! यहाँ चित्र संख्या -1 में, कार्बन के परमाणु—हमारे अपने सौरमण्डल की ईट—को अत्यधिक बढ़ाकर दिखाया गया है। चित्र संख्या -2, हमारे सौरमण्डल को दिखाता है। हर पदार्थ में, उसके नाभिक "सूर्य" के चारों ओर चक्कर लगाने वाले इलेक्ट्रॉनों की संख्या भिन्न होती है। उदाहरण के लिये यूरेनियम में वानवे इलेक्ट्रॉन होते हैं। कार्बन में केवल छह होते हैं। जिनमें से दो नाभिक के पास होते हैं और चार उससे अधिक दूरी पर रहते हैं। परन्तु हम परमाणुओं के संबंध में भूलने जा रहे हैं, केवल अणुओं को संदर्भ में रखेंगे

मनुष्य तेजी से घूमते हुए अणुओं का पिण्ड है। मनुष्य ठोस लगता है; मांस और हड्डियों में होकर उंगलियों को घुसाना आसान नहीं है। फिर भी ये घनापन, हमारे ऊपर थोपा हुआ एक भ्रम है, क्योंकि हम भी मानवजाति हैं। एक अत्यंत छोटे प्राणी पर, जो मनुष्य शरीर से दूर खड़ा रह सकता है,

उस पर विचार करें, और उसे देखें। प्राणी, घूमते हुए सूर्यो, सर्पिलाकार नीहारिकाओं (spiral galaxies) और आकाश गंगा (milky way) से मिलती-जुलती, घूमती हुई धाराओं (streams) को देखेगा। शरीर के नर्म भागों में—मांस में—अणु, दूर-दूर पर बिखरे हुए होंगे। कड़े पदार्थों में, हड्डियों में, अणु घने, और एक दूसरे के साथ गुच्छा बनाये हुए एवं तारों के बड़े झुरमुट (cluster) की तरह दिखते हुए होंगे।



चित्र 1 : कार्बन परमाणु



चित्र 2 : सौर मंडल

स्वयं को, किसी साफ रात्रि में, एक पर्वत की चोटी के ऊपर खड़े होने की कल्पना करें। आप अकेले हैं, नगर की रोशनियों से काफी दूर, जो रात के आसमान में परावर्तित हो कर, (हवा में) लटकी हुई पानी की बूंदों से, आवर्तित हो रही हैं और आकाश को धुंधला (dim) होता दिखा रही हैं। (यही कारण है कि वेधशालाएँ (observatories) हमेशा दूर के स्थानों में बनाई जाती हैं।) आप अपनी पर्वत की चोटी पर हैं..... आपके ऊपर तारे साफ और तीव्र चमक रहे हैं। चूँकि वे आपकी चकित आँखों के सामने, असीम किरणों के चक्र में हैं घूमते हैं, आप उनको टकटकी लगाकर देख रहे हैं। महान नीहारिकाएँ आपके सामने विस्तारित हो जाती हैं। तारों के झुरमुट, रात के आकाश के कालेपन को सजाते हैं। आकाश के आर-पार, आकाश गंगा, एक बड़ी और धुएदार पूँछ के रूप में दिखाई देती है।

तारे, विश्व, ग्रह, अणु। वह अत्यंत सूक्ष्मजीव (microscopic creature) आपको इसी प्रकार देखेगा।

ऊपर आकाश में, तारे हमको प्रकाश के बिन्दु के रूप में दिखाई देते हैं, जिनके बीच में अविश्वसनीय रिक्तस्थान होता है। अरबों, खरबों तारे हैं, परंतु फिर भी, वास्तव में, वे रिक्तस्थान की तुलना में बहुत कम हैं। एक दिए गए अंतरिक्ष यान से, कोई व्यक्ति बिना उनको छुए हुए, तारों के बीच से, यात्रा कर सकता है। कल्पना करते हुए कि तुम तारों के, अणुओं के, बीच के स्थान को पास-पास ला दोगे, तो तुम क्या देखोगे? वह अत्यंत सूक्ष्मजीव, जो आपको दूर से देख रहा है, क्या वह भी इसी तरह से आश्चर्यचकित होगा? हम जानते हैं कि वे सारे अणु, जिन्हें वह जीव देखता है हम हैं। तब आकाश में तारों के बनने की अंतिम आकृति क्या होगी? हर व्यक्ति ब्रह्माण्ड है, जिसमें ग्रह-अणु-एक केन्द्रीय सूर्य के चारों ओर घूमते हैं। हर चट्टान, टहनी अथवा पानी की बूंद, अणुओं की लगातार, कभी न समाप्त होने वाली, गति से बनी हुई है।

मनुष्य गतिशील अणुओं से बना हुआ है। यह गति एक प्रकार की विद्युत पैदा करती है, जो अधिस्वयं के द्वारा पूर्ति की गई विद्युत के साथ मिलकर, चेतन जीवन को देती है। पृथ्वी के ध्रुवों के आसपास, और सभी रंगीन रोशनियों के साथ ओरोरा बोरियालिस (aurora Borealis) पैदा करते हुए चुम्बकीय तूफान, लपटें पैदा करते हैं। सभी ग्रहों-और अणुओं! के आसपास-चुम्बकीय विकिरण, पारस्परिक क्रिया करते हैं और दूसरे पड़ोसी विश्वों एवं अणुओं से उत्सर्जित होने वाले विकिरणों के साथ, प्रतिक्रिया करते हैं। “कोई भी व्यक्ति, अपने आप में विश्व नहीं है” कोई भी विश्व अथवा परमाणु, दूसरे विश्वों अथवा अणुओं के बिना टिक नहीं सकता। हर प्राणी, विश्व या अणु, अपने अस्तित्व के लिए, दूसरे प्राणियों अथवा विश्व व दूसरे अणुओं के ऊपर, जिनका अपना अस्तित्व है, निर्भर करता है ताकि, उसका स्वयं का अस्तित्व निरंतर जारी रह सके।

इसकी भी सराहना की जानी चाहिए कि अणुओं के समूह, विभिन्न घनत्वों वाले होते हैं, वास्तव में, वे अंतरिक्ष में तारों के झूलते हुए झुरमुटों की तरह से हैं। अंतरिक्ष के कुछ भागों में, तारों, ग्रहों अथवा विश्वों की आबादी काफी कम है, आप उन्हें जैसे भी पुकारना चाहें-परंतु दूसरे किन्हीं भागों में, उदाहरण के लिए, आकाश गंगा में, उनका घनत्व बहुत ज्यादा है। बहुत कुछ हद तक, उस तरीके से चट्टानें, घने राशिसमूह को या नीहारिका को निरूपित करती हैं। हवा, अणुओं की विरली आबादी है। हवा, वास्तव में, हमारे अंदर जाती है और वास्तव में, हमारे खून की धारा में मिलकर, हमारे फँफड़ों की केशिकानलियों (capillaries) में से होकर गुजरती है। हवा के परे भी कुछ स्थान हैं, जहाँ हाइड्रोजन के अणु, गुच्छा बनाये हुए दूर-दूर तक फैले हुए हैं। जैसा कि लोग अक्सर सोचते हैं, अंतरिक्ष खालीपन नहीं है, परंतु जंगली तरीके से (बेतरतीब) हाइड्रोजन के अणुओं का समूहीकरण है, वास्तव में, तारे, ग्रह और विश्व हाइड्रोजन के अणुओं से बने हैं।

ये स्पष्ट है कि यदि किसी के पास, काफी मात्रा में अणु समूहों का संग्रह हो, तब किसी प्राणी के लिए, इसमें से गुजरना मुश्किल हो सकता है, परंतु एक तथाकथित “भूत (ghost)” जिसके अणु काफी दूर-दूर होते हैं, वह ईंट की दीवारों के अंदर आसानी से घुस सकता है। एक ईंट की दीवार, जैसी ये है!, की कल्पना करो; कुछ-कुछ, हवा में लटकाए गए धूल के बादलों जैसा, अणुओं का संग्रह। शायद ये असम्भव दिख सकता है कि इसके प्रत्येक अणु के बीच, ठीक वैसे ही जैसे कि विभिन्न तारों के बीच, में रिक्तस्थान है और यदि कोई अत्यंत छोटा जीव हो, और यदि उसके अणु काफी विखरे हुए हों, तब वे ईंट की किसी दीवार में होकर, बिना उसे स्पर्श किए हुए, गुजर सकते हैं। इससे हमें ये समझना आसान होगा कि कैसे कोई भूत, बंद कमरे में अंदर देख सकता है, और कैसे वह ठोस दिखती हुई दीवार में बिना किसी को छुए हुए आ-जा सकता है। हर चीज एक दूसरे के सापेक्ष है। एक दीवार, जो तुम्हारे लिए ठोस है, किसी भूत अथवा सूक्ष्मशरीर से यात्रा कर रहे किसी प्राणी के लिए, ठोस नहीं होगी परंतु हम ऐसी चीजों पर बाद में चर्चा करेंगे।

पाठ दो

मनुष्य शरीर, वास्तव में, जैसा हमने देखा, अणुओं का एक समूह है और विषाणु (virus) जैसा एक सूक्ष्मप्राणी, हमको अणुओं के संग्रह के रूप में देखेगा, इसके साथ-साथ, हमें मनुष्य को रसायनों के संग्रह के रूप में भी देखना चाहिए।

कोई मनुष्य शरीर, अनेक रसायनों से मिलकर बनता है। मनुष्य शरीर में, पानी प्रमुखरूप से होता है। यदि आपने कोई ऐसी चीज सोची है, जो पिछले पाठ का विरोध करती है, तो याद रखें कि पानी भी अणुओं से मिलकर बना है, और वास्तव में, ये एक तथ्य है। क्या आप विषाणु को ये कहना सिखा सकते हैं ? निस्संदेह वह आपको कहेगा कि उसने पानी के अणुओं को आपस में एक दूसरे से टकराते हुए देखा है, जैसेकि समुद्रतट पर कंकड टकराते हैं और भी अधिक छोटा प्राणी कहेगा कि हवा के अणु, उसे समुद्रतट की बालू का ध्यान दिलाते हैं परंतु, अभी हम शरीर की रसायनिक संरचना पर विचार कर रहे हैं।

यदि आप किसी दुकान पर जाएं और अपने लैंप के लिए एक बैटरी खरीदें तो आपको एक बर्तन मिलेगा, जिसका खोल जस्ते का होगा और उसके बीच में कार्बन का एक इलैक्ट्रोड होगा—कार्बन का एक टुकड़ा, शायद इतना मोटा जैसे कि एक पेंसिल—और रसायनों का संग्रह, जस्ते के खोल और कार्बन की केन्द्रीय छड़ के बीच, बाहर ही कसकर भरा होगा। काफी गीला, पूरा मसाला अंदर होता है! वास्तव में, बाहर ये सूखा होता है। आप इस बैटरी को अपनी टॉर्च में डालें और तब आप अपने बटन (switch) को चालू करके इसको जलाएँ। जब आप बटन को चालू करेंगे तो आपको प्रकाश मिलेगा। जानते हैं, क्यों ? कुछ विशेष परिस्थितियों में धातुएँ, कार्बन और रसायन, कुछ, जिसे हम विद्युत कहते हैं, पैदा करने के लिए रसायनिकरूप से परस्पर क्रिया करते हैं। रसायनों के साथ जस्ते का यह बर्तन, और उसके केन्द्र में लगी हुई कार्बन की छड़, विद्युत पैदा करते हैं, परंतु टॉर्च की बैटरी के अंदर, खुद ही कोई विद्युत नहीं है! बदले में, ये रसायनों का एक समूह मात्र है, जो कुछ विशेष परिस्थितियों में काम करने के लिए तैयार है।

अनेक लोगों ने सुना है कि सभी प्रकार के पानी के जहाज और नावें, मात्र नमकीन पानी में रहने के कारण, विद्युत पैदा करती हैं। उदाहरण के लिए, कुछ निश्चित परिस्थितियों में कोई नाव या कोई जलयान, जो अपने तल में जंग लगाकर गल रहा है, वह भी, अपनी पड़ोसी, भिन्न-भिन्न धातुओं के बीच में, विद्युतधारा उत्पन्न करता है¹। उदाहरण के लिए, यदि किसी जलयान में दुर्भाग्यवश, तांबे की तली है, जो ऊपर के भाग में, किसी लोहे के साथ जुड़ी हुई है, तब, जबतक कि विशिष्ट व्यवस्थाएँ न की जाएँ “विद्युत विश्लेषण (electrolysis)” (विद्युतधारा का उत्पादन) उन दोनों अलग-अलग धातुओं, अर्थात् लोहे और तांबे के जोड़ को खा जाएगा। वास्तव में, सही में, अब कभी ऐसा होता नहीं है चूँकि इसे वलि का या लाभहीन धनाग्र (sacrificial anode) का उपयोग करके रोका जा सकता है। जस्ते जैसी एक धातु का टुकड़ा, ऐल्युमिनियम अथवा मैग्नीशियम, दूसरी सामान्य धातुओं, जैसेकि तांबे अथवा कांसे (bronze), की तुलना में धनात्मक होता है। कांसा, जैसाकि आप जान जाओगे, सामान्यतः जहाजों के नोदकों (propellers) को बनाने के लिए काम में लाया जाता है। अब, यदि लाभहीन धनाग्र को, जहाज या नाव के नीचे, पानी में कहीं डूबे हुए धातु के दूसरे हिस्से से जोड़ दिया जाए, तो इस लाभहीन धातु का क्षरण (corrosion) हो जाएगा और ये बेकार हो जायेगी, और ये जहाज के ढाँचे (hull) को अथवा उसके नोदकों को खराब होने से बचाएगी। ज्यों ही धातु का ये टुकड़ा क्षरित होता है, इसे बदला जा सकता है। ये जहाज के संधारण (maintance) का एक सामान्य सा अंग है, और इस

¹अनुवादक की टिप्पणी : भौतिकी में यह क्रिया स्थानीय क्रिया (local action) कहलाती है, यह अशुद्ध धात्विक विद्युदाग्रों का दोष होता है। इसे दूर करने के लिये विद्युदाग्रों पर पारे की पर्त चढ़ाई (amalgamate) जाती है। अशुद्धियों के कण, परस्पर छोटे छोटे सैल बना कर स्थानीय धाराएँ उत्पन्न करते हैं, फलस्वरूप विद्युदाग्र का क्षरण हो जाता है।

सबको, आपको यहाँ केवल विद्युत का विचार देने के लिए, बताया गया है, जो अधिकांशतः असामान्य तरीकों में उत्पादित हो जाती है।

मस्तिष्क भी, अपनी स्वयं की विद्युत उत्पादित करता है। मनुष्य शरीर में, धातुओं के कुछ सूक्ष्मांश (traces), जस्ता जैसी धातुएँ भी होती हैं और वास्तव में, हमको याद रखना चाहिए कि मनुष्य शरीर में, आधार के रूप में, कार्बन के अणु होते हैं। शरीर में काफी मात्रा में पानी, और रसायनों का कुछ भाग, जैसेकि मैग्नेशियम पोटेशियम, इत्यादि होता है। ये सब, कम तीव्रता की परंतु ऐसी जिसे पहचाना जा सकता है, नापा जा सकता है और चार्ट पर देखा जा सकता है, विद्युत धारा उत्पन्न करने के लिए, इकट्ठी हो जाती हैं।

एक व्यक्ति, जो मानसिकरूप से बीमार है, किसी एक निश्चित उपकरण के प्रयोग के द्वारा अपनी मस्तिष्क तरंगों (brain waves) का रेखांकन (charting) करा सकता है। उसके सिर के चारों ओर, अनेक विद्युदाग्र (electrodes) लगा दिए जाते हैं और एक छोटा पेन, कागज की पट्टी के ऊपर लिखने का काम करता है और पेन टेढ़ीमेढ़ी रेखाएँ बना देता है और जिसका शब्दों में वर्णन (interpretation), उस बीमारी का, जिससे मरीज पीड़ित है, पता बता देता है। इसप्रकार के उपकरण, सभी मानसिक अस्पतालों में, सामान्य प्रचलन में हैं।

मस्तिष्क, वास्तव में, संदेशों का, जो अधिस्वयं द्वारा प्रेषित किए जाते हैं, एक संग्राही स्टेशन होता है, और बदले में मनुष्य का मस्तिष्क, उन संदेशों को, उदाहरण के लिए पढ़े हुए पाठों को, प्राप्त किए गए अनुभवों को, अपने अधिस्वयं को प्रेषित करता है। ये संदेश, "रजत तंतु (silver cord)," के माध्यम से, जो तेजी से चलने वाले अणुओं का, जो कंपन करते हैं और अलग-अलग आवृत्ति की परासों के ऊपर घूमते हैं और मनुष्य शरीर को तथा उसके अधिस्वयं को परस्पर जोड़कर रखते हैं, अधिक घना संग्रह है, भेजे जाते हैं।

इस पृथ्वी पर, मनुष्य शरीर, किसी दूर नियंत्रण (remote control) द्वारा नियंत्रित किए गए वाहन की तरह से होता है, जिसका चालक अधिस्वयं होता है, आपने बच्चों की खिलौनाकार देखी होगी, जो एक लंबे खिंच सकने वाले तार (flexible wire) से बच्चे के साथ जुड़ी होती है। बच्चा बटन दबा सकता है और कार को आगे ले जा सकता है या उसे रोक सकता है या पीछे ले जा सकता है, और उस खिंच सकने वाले तार पर, एक पहिए को घुमाने के साथ-साथ, कार को मार्ग पर लाया (steer) जा सकता है। मोटे तौर से मनुष्य का शरीर भी, ठीक-ठीक, इसीप्रकार से समझा जा सकता है, अधिस्वयं, जो अनुभव प्राप्त करने के लिए स्वयं पृथ्वी पर नहीं आ सकता, इसके लिए हमें पृथ्वी पर भेजना है। हर चीज, जिसका हम अनुभव करते हैं, हर चीज, जो हम करते, सोचते या जो सुनते हैं, ऊपर की तरफ यात्रा करती है और हमारे अधिस्वयं की स्मृति में जाकर इकट्ठी हो जाती है।

अत्यधिक बुद्धिमान मनुष्य, जो-एक चेतन भाव से-अपने रजत तंतु के रास्ते से, बहुधा सीधे ही, अधिस्वयं से संदेश पाते हैं, "प्रेरणा (inspiration)" प्राप्त करते हैं। लियोनार्डो द विन्सी (Leonardo da Vinci)² उन लोगों में से एक था, जो अपने अधिस्वयं से लगातार संपर्क में था। इसलिए उसने, जो

²अनुवादक की टिप्पणी : लियोनार्डो द विन्सी (15 अप्रैल 1452- 2 मई 1519) इटली का निवासी तथा अनेक क्षेत्रों में महारत रखने वाला व्यक्ति था। उसने पेंटिंग, मूर्तिकला, वास्तुकला, स्थापत्यकला, विज्ञान, संगीत, गणित, अभियांत्रिकी, साहित्य, शरीर रचना, भूगर्भ विज्ञान, नक्षत्रविज्ञान, वनस्पति विज्ञान, लेखन, इतिहास, आदि भिन्न-भिन्न क्षेत्रों में विशिष्ट एवं उल्लेखनीय कार्य किया। वह अपने समय का वैश्विक मेधावी (Universal Genius) व्यक्ति था। मोना लिसा (Mona Lisa) नामक पेंटिंग में, मोना लिसा की मादक मुस्कान का मुकाबला आज भी कोई नहीं कर सकता। विश्वप्रसिद्ध इतिहासकार हैलन गार्डनर (Halen Gardner) के अनुसार, उनके विचार और व्यक्तित्व, रहस्यमय (mysterious) और अतिमानवीय (super human) थे, और कहीं दूर से संचालित होते प्रतीत होते थे। लियोनार्डो 1482 से 1499 की अवधि में मिलान में सक्रिय रहा, वहाँ उसने "Vergin of the Rocks" तथा "The Last Supper" जैसी कलाकृतियों की रचना की। जीवन के अंतिम समय में वह रोम के वैटिकन सिटी में रहा। माइकलएंजिलो (Michelangelo) नामक एक और चित्रकार उसका समकालीन था। उसकी सभी कृतियाँ विश्व के प्रमुख विभिन्न संग्रहालयों में रखी गई हैं, केवल एक कोडेक्स लाइस्टर (Codex leister) नामक कृति बिल गेट्स (Bill Gates) के पास है, जो उसे विश्व के प्रमुख शहरों में, वर्ष में एक दिन, सार्वजनिक प्रदर्शन के लिये रखते हैं।

भी काम किया, लगभग हर क्षेत्र में, उसे प्रवीण (genius) के रूप में आँका गया। महान कलाकार या संगीतज्ञ वे हैं, जो शायद दो या तीन विशेष दिशाओं (क्षेत्रों) में, अपने अधिस्वयं के सतत संपर्क में रहते हैं और इस प्रकार जब वे वापस आते हैं, तो प्रेरणा के द्वारा, उस संगीत अथवा चित्रों (paintings) की रचना करते हैं, जो उन्हें कमोवेश उन महान शक्तियों के द्वारा, जो हमें नियंत्रित करती हैं, बताई गई थीं।

ये रजत तंतु, हमें अपने अधिस्वयं से ठीक वैसे ही जोड़े रखती है, जैसे कि एक गर्भनाल बच्चे को उसकी मां के साथ जोड़ती है। गर्भनाल, वास्तव में, एक जटिल मामला, एक टेढ़ी-मेढ़ी उलझी हुई युक्ति है, परंतु ये उस रजततंतु की तुलना में, डोरी का टुकड़ा मात्र है। ये तंतु, अणुओं के पदार्थ का टुकड़ा है, जो काफी विस्तृत आवृतियों के परास के ऊपर घूमता रहता है, परंतु जहाँतक मनुष्य शरीर का पृथ्वी से संबंध है, अभीतक ये अप्रत्यक्ष संपत्ति है। औसत मनुष्य की नजरों से देखने के लिए अणु अत्यधिक विस्तार से बिखरे रहते हैं। अनेक जानवर इसे देख सकते हैं क्योंकि जानवर, दृष्टि की दूसरी आवृत्ति परास में होते हैं। कुत्ते, जैसा आप जानते हैं, कुत्ते की एक शांत सीटी से बुलाये जा सकते हैं, शांत, क्योंकि मनुष्य उन्हें नहीं सुन सकता परंतु कुत्ता आसानी से सुन सकता है। ठीक इसीप्रकार, पशु रजततंतु और प्रभामंडल को देख सकते हैं, क्योंकि, वे उस आवृत्ति पर कंपन करते हैं, जो जानवरों की देखने की क्षमता में आती है। किसी मनुष्य के लिए, अपनी संदेश प्राप्त करने की क्षमता को बढ़ाना, ठीक वैसे ही है जैसेकि, एक कमजोर मनुष्य द्वारा, व्यायाम के अभ्यास से, उस वजन को उठाया जाना, जो सामान्यतः उसकी भौतिक क्षमताओं से कहीं अधिक रहा होता, आसानी से संभव है।

रजततंतु, अणुओं का संग्रह, कंपनों का संग्रह है। कोई इसको रेडियो तरंगों की किरण³ के रूप में समझ सकता है, जिसको वैज्ञानिक, चंद्रमा की सतह तक और वहाँ से वापस फँकते हैं। वैज्ञानिक चंद्रमा की दूरी को नापने का प्रयास करते हैं। वे तरंगों की आकृति के रूप में, एक अत्यंत पतली किरण, चंद्रमा की सतह तक भेजते हैं। ये वैसे ही है जैसे कि मनुष्य शरीर और उसके अधिस्वयं के बीच, रजततंतु का होना! ये वह तरीका है, जिससे अधिस्वयं, पृथ्वी पर, अपने शरीर से संपर्क बनाये रखता है।

हम जो कुछ भी करते हैं, वह अधिस्वयं को पता होता है। लोग यदि "सही रास्ते पर" हों तो आध्यात्मिक होने का प्रयत्न करते हैं। मूलरूप से, आध्यात्मिकता के संघर्ष में, वे पृथ्वी पर अपने कंपनों की दर को बढ़ाने, और रजततंतु की सहायता से अधिस्वयं की कंपन दरों को भी बढ़ाने का प्रयास करते हैं। अधिस्वयं उसे, मनुष्य शरीर में, अपने एक भाग को, प्रेषित करता है⁴, ताकि पाठ सीखे जा सकें और अनुभव प्राप्त किए जा सकें। पृथ्वी पर किया गया प्रत्येक भला कार्य, सूक्ष्मशरीर में हमारी कंपन की दर को बढ़ा देता है, परंतु यदि हम किसी के साथ बुरा काम करें तो वह सूक्ष्मशरीर के कंपनों की दर को कुछ घटा देता है। इसप्रकार यदि हम किसी दूसरे के प्रति बुरा व्यवहार करते हैं, तो हम उन्नति की सीढ़ी पर, स्वयं को एक पायदान नीचे गिरा लेते हैं और हमारा हर अच्छा कार्य, हमारे निजी कंपनों को, धन की तरह से बढ़ाता है। इसप्रकार, बुद्ध के इस पुराने सूत्र से, जो ये घोषणा करता है कि किसी को बुराई के बदले में भलाई करनी चाहिए और किसी आदमी से भयभीत नहीं होना चाहिए, चिपके रहना आवश्यक है। किसी आदमी के कार्यों से भी, बुराई का बदला भलाई से देने में, और हर समय भलाई ही

³अनुवादक की टिप्पणी : आजकल सामान्य रेडियो तरंगों के बजाय, लेसर किरणों (रेडियो तरंगों की भाँति, ये भी विद्युत चुम्बकीय तरंगें ही होती हैं) का उपयोग अधिक किया जाता है, क्योंकि सामान्य रेडियो तरंगों की तुलना में, इनका अवशोषण एवं फैलाव बहुत ही कम होता है। उदाहरण के लिये यदि एक लेसर किरण पृथ्वी से चन्द्रमा पर फँकी जाये तो वह चन्द्रमा की सतह पर, अपनी लगभग शतप्रतिशत ऊर्जा के साथ, मुश्किल से कुछ सेंटीमीटर के वृत्ताकार क्षेत्र में ही फैलेगी।

⁴अनुवादक की टिप्पणी : यही बात माइकल न्यूटन की पुस्तकों "Destiny of Souls" तथा "Journey of Souls," में भी कही गई है। श्रीमान् न्यूटन एक मनोवैज्ञानिक हैं और सम्मोहन के द्वारा रोगियों का इलाज करते हैं।

करने में, हम ऊपर की ओर प्रगति करते हैं, नीचे की ओर कभी नहीं गिरते।

हर आदमी, एक व्यक्ति को, जो "नीच प्रकार का व्यक्ति" है, जानता है। हमारे अमूर्तभौतिकी के ज्ञान में से कुछ, सभी के साझे उपयोग में भी आ सकता है, ठीक वैसे ही जैसेकि हम कहते हैं कि कोई व्यक्ति "काली (अत्यधिक दुखी और चिड़चिड़ी) मनोदशा (black mood) में" अथवा "नीली (उदासी, अवसाद की) मनोदशा (blue mood)" में है। ये कंपनों से संबंधित मामला है कुल मिलाकर ये वह है, जिसमें शरीर रजततंतु के माध्यम से अधिस्वयं को प्रेषित करता है, और जो फिर अधिस्वयं, रजत तंतु के माध्यम से, शरीर को वापस भेजता है।

अनेक लोग, चेतन मन को अपने अधिस्वयं से संपर्क करने की अपनी अक्षमता को स्वीकार नहीं करते। ये लंबे प्रशिक्षण के बिना एकदम मुश्किल है। मान लो, आप दक्षिणी अमेरिका में हैं और आप रूस में, शायद साइबेरिया में, किसी व्यक्ति को टेलीफोन करना चाहते हैं। सबसे पहले, आपको ये निश्चित करना पड़ेगा कि टेलीफोन की लाइन उपलब्ध है, तब आपको दोनों देशों के समय के अंतर को ध्यान में रखना होगा, इसके आगे आपको ये भी निश्चित करना होगा कि वह व्यक्ति, जिसको आप टेलीफोन करना चाहते हैं, उपलब्ध है और आपकी भाषा बोल सकता है, और आखिरकार, आपको ये भी देखना पड़ेगा कि अधिकारी, इसप्रकार के टेलीफोन संदेश को भेजने के लिए, क्या आपको इजाजत देंगे! उन्नयन की इस अवस्था में अच्छा ये होगा कि, किसी व्यक्ति के अधिस्वयं के साथ, संपर्क करने का अत्यधिक प्रयत्न न करें, क्योंकि कोई भी पाठ्यक्रम, कोई भी सूचना, जिसे प्राप्त करने का अभ्यास करने में, आपको दस वर्ष भी लग सकते हैं, आपको मात्र कुछ लिखे हुए पेजों में, नहीं देगा। अधिकांश लोग अत्यधिक अपेक्षाएं रखते हैं! वे उम्मीद करते हैं कि वे किसी पाठ्यक्रम को पढ़ सकते हैं, और उस हर चीज को, जिसे उनके शिक्षक या स्वामी कर सकते हैं या और शिक्षकों ने उनको पढ़ने में अपना पूरा जीवन और इससे पहले के भी, अनेक जीवन लगाये हैं, जाकर तत्काल ही करने लगेंगे। इस पाठ्यक्रम को पढ़ें, अध्ययन करें, इसके ऊपर आश्चर्य करें, और यदि आप अपने मन को खोल देंगे तो आपको ज्ञानदीप्ति प्रदान की जा सकती है। हम अनेक मामलों को जानते हैं, जिनमें लोगों (बहुधा अधिकांश औरतों) ने कुछ निश्चित सूचनाएं प्राप्त कीं, तब वे वास्तव में, ईथरी शरीर अथवा प्रभामंडल, अथवा रजततंतु को देख सके। अपने इस वक्तव्य की पुष्टि करने के लिए, कि—यदि आप अपने आप पर विश्वास करें, तो आप भी इसे कर सकते हैं, हमारे पास अनेक अनुभव हैं।

पाठ तीन

हम पहले ही देख चुके हैं कि मनुष्य का मस्तिष्क, रसायनों, पानी और उसमें होकर चलने वाले धातु के उन अयस्कों (ores), जिनसे यह बना हुआ है, की क्रिया से, किस प्रकार विद्युत उत्पन्न करता है। ठीक वैसे ही जैसेकि, मनुष्य का मस्तिष्क विद्युत उत्पन्न करता है, शरीर भी स्वयं (विद्युत) उत्पन्न करता है, क्योंकि उन सभी रसायनों, धातुओं के सूक्ष्मांशों (traces) और पानी को साथ लिये हुए, खून, जैसा आप जानेंगे प्रमुख रूप से पानी है, धमनियों (arteries) और शिराओं (veins) में होकर, पूरे शरीर में दौड़ रहा है और पूरा शरीर बिजली से भरा हुआ है। ये बिजली वैसी नहीं है, जो आपके घरों को रोशन करती है या खाना पकाने वाले चूल्हे को जलाती है। इसे चुम्बकीय मूल का समझें।

यदि कोई एक दंड चुम्बक (bar magnet) को ले और इसके ऊपर कागज का एक टुकड़ा रखते हुए उसे मेज पर लिटा दे, और चुम्बक के ऊपर, कागज के ऊपर, लोहे के बुरादे की कुछ मात्रा डाले, तो वह देखेगा कि लोहे का बुरादा, स्वयं को एक विशिष्ट नमूने के रूप में व्यवस्थित कर लेता है। ये प्रयास करके देखने लायक है। एक सस्ता सा, साधारण सा चुम्बक, हार्डवेयर या विज्ञान की चीजें बेचने वाली दुकान से लायें, ये बहुत ही सस्ते होते हैं, अथवा आप कोई उधार भी ले सकते हो। कागज को चुम्बक के ऊपर रखें, जिससे कि चुम्बक कागज के लगभग केन्द्र में आ जाये। केमिस्ट या वैज्ञानिक सामान वाली दुकान से, आप लोहे का महीन बुरादा भी प्राप्त कर सकते हैं। यहाँ फिर, ये बहुत ही सस्ता होता है। इसे कागज के ऊपर इस तरह छिड़कें, जैसे (पिसे हुए) नमक या मिर्च को छिड़का जाता है। इसे लगभग बारह इंच की ऊँचाई से कागज पर गिरने दें, और तुम्हें पता चलेगा कि लोहे का बुरादा, स्वयं को एक विशेष नमूने के रूप में सजा लेता है, जो चुम्बक से निकलने वाली चुम्बकीय बल रेखाओं (magnetic lines of force) के ठीक-ठीक, अनुरूप होते हैं। तुम देखोगे कि चुम्बक, केन्द्रीय दंड की रूपरेखा और तब चुम्बक के प्रत्येक सिरे से निकलती हुई वक्रिय रेखाओं की रूपरेखा बन गयी है। इसका सबसे अच्छा, लाभप्रद तरीका, प्रयास करना है, क्योंकि ये आपको अपने बाद के अध्ययनों में सहायक होगा। चुम्बकीय बल वैसा ही है जैसेकि, मानव शरीर का इथरी भाग, वैसा ही, जैसेकि मानव शरीर का प्रभामंडल होता है।

शायद, हर एक जानता है कि एक तार, जिसमें विद्युत धारा प्रवाहित हो रही हो, के आसपास चुम्बकीय क्षेत्र होता है। सरल धारा के बदले में, यदि (समय के साथ) धारा परिवर्तित होती है, तब इसे प्रत्यावर्ती धारा (alternating current) कहा जाता है, तब ध्रुवता के बदलने के साथ-साथ, (चुम्बकीय) क्षेत्र भी धड़कता है और कंपन करता है अर्थात्, ये प्रत्यावर्ती धारा के साथ धड़कता हुआ प्रतीत होता है।

मानव शरीर, जो विद्युत का स्रोत है, के बाहर भी चुम्बकीय क्षेत्र होता है। इसमें एक उच्च (आवृत्ति से) परिवर्तित होता हुआ क्षेत्र होता है। विद्युत, जैसा हम इसे कहते हैं, इतनी तेजी से कंपन करती है अथवा लहराती है कि गति की पहिचान करना मुश्किल होता है। ठीक वैसे ही, कोई अपने घर में जलने वाले लैंप को ले सकता है और यद्यपि, धारा एक सेकण्ड में पचास-साठ बार बदलती है कि कोई उसे देख नहीं सकता, परंतु फिर भी कुछ देहाती जिलों के स्थानों में अथवा शायद पानी के जहाजों के ऊपर, ये परिवर्तन इतने धीमे होते हैं कि आँखें इसप्रकार की लुप-लुपाहट (flickering) को पहचान लेती हैं।

यदि कोई व्यक्ति, दूसरे के बहुत अधिक करीब जाता है तो उसे रोमांच (goose-flesh) का अनुभव होता है। कई लोग-अधिकांश लोग-पड़ोस में दूसरे व्यक्ति की उपस्थिति के प्रति, पूरी तरह सावधान होते हैं। अपने मित्र के ऊपर प्रयोग करें, अपने मित्र के पीछे खड़े हों और अपनी एक उँगली, उसकी गर्दन के पीछे, एकदम समीप रखें और तब उसे एकदम हल्के से छुएँ। बहुधा वह इस समीपता और स्पर्श को भेद करके नहीं पहचान सकेगा। ऐसा इसलिए है, क्योंकि, इथरी शरीर भी स्पर्श के प्रति संवेदनशील (susceptible) होता है।

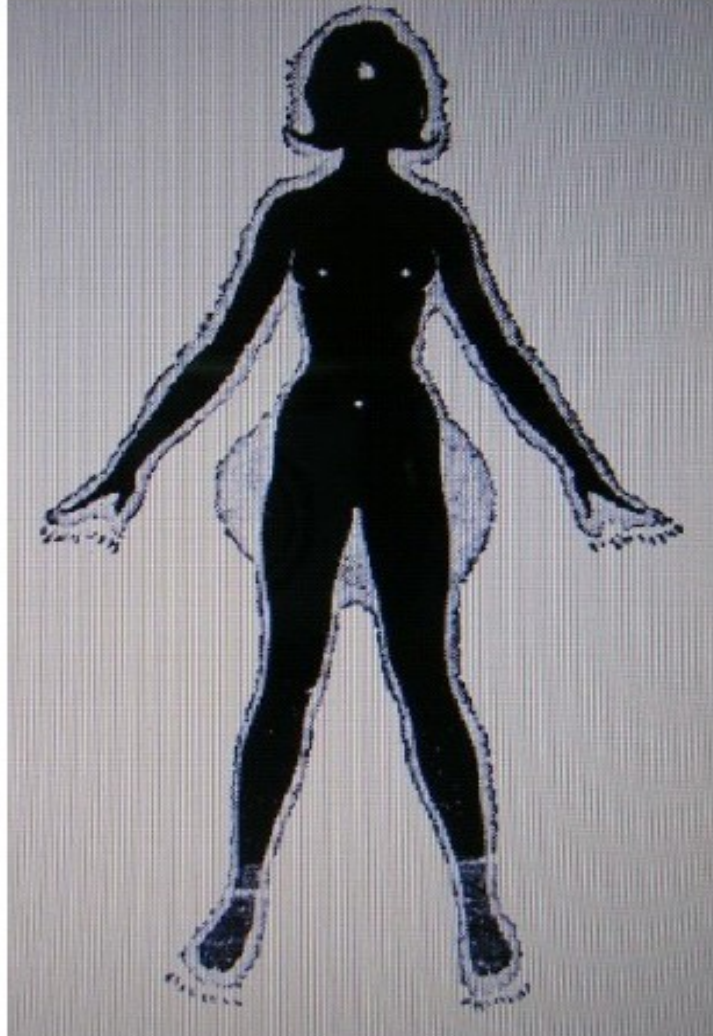
ये ईथरी शरीर चुम्बकीय क्षेत्र होता है, जो मनुष्य शरीर को घेरे रहता है (चित्र तीन)। जैसे कोई कह सकता है, ये प्रभामंडल का अगुआ, प्रभामंडल का "नाभिक," होता है। कुछ लोगों में ईथरी आवरण उनके शरीर के प्रत्येक भाग के आसपास, यहाँ तक कि किसी के हर एक बाल की लटों के आसपास भी, लगभग इंच के आठवें भाग तक फैला रहता है। दूसरे लोगों में, ये कुछ इंचों तक भी, परंतु बहुधा छः इंच से अधिक नहीं, फैला हुआ हो सकता है। किसी व्यक्ति की जीवंतता नापने के लिए ईथरी शरीर का उपयोग किया जा सकता है। ये तीव्रता में, स्वास्थ्य के साथ-साथ, काफी परिवर्तित होता है। यदि किसी व्यक्ति ने पूरे दिन कठोर श्रम किया है तो उसका ईथरिक त्वचा के काफी समीप होगा, परंतु एक अच्छे विश्राम के बाद, शायद ये इंचों तक फैल जायेगा। ये शरीर के घेरे का एकदम ठीक (exact) अनुगमन करता है, ये किसी तिल या मुंहासे के घेरे का भी अनुगमन करता है। ईथरिक के संबंध में ये कहना दिलचस्प होगा कि यदि कोई, विद्युत के अत्यधिक ऊँचे दबाव (high tension) और नगण्य एम्पियरता (low ampereage), के बीच, रखा जाए, तब ईथरिक को कईबार गुलाबी, और कईबार नीला, चमकते हुए देखा जा सकता है। मौसम की परिस्थितियों भी ईथरिक की दृश्यता को बढ़ाती हैं। ये समुद्र पर भी पाया जाता है और इसे संत एल्मो की आग (Saint Elmo's Fire)⁵ के रूप में जाना जाता है। जहाज के मस्तूल और रस्सी का हर हिस्सा, निश्चित मौसम की परिस्थितियों के अनुसार, एक ठंडी आग में रेखांकित हो जाता है, ये पूरी तरह से हानिरहित होती है परंतु फिर भी, उन लोगों को, जो इसे पहली बार देखते हैं, डराने वाली होती है। कोई इसे जहाज के ईथरिक की तरह पसंद कर सकता है।

देश के अनेक लोगों को, किसी अंधेरी या कोहरे भरी रात में, देहात में जाने का अवसर मिला होगा और उसने अपने सिर के ऊपर खिंचे हुए उच्चदबाव (high tension, HT) के तारों को देखा होगा। उचित अवस्थाओं में उन्होंने, एक धुंएदार सफेद-नीली सी आभा को देखा होगा, ये अद्भुत दिखाई देती है और अनेक ईमानदार देहातियों को ये गंभीर डर प्रदान कर सकती है! विद्युत अभियंता (engineers) इसे उच्चदबाव वाले तारों का कोरोना (corona) कहते हैं और ये उनकी परेशानियों में से एक है, जिनका वे सामना करते हैं, क्योंकि कुचालकों (insulators)⁶ के आसपास फैला हुआ कोरोना, वायु को आयनित (ionize) कर सकता है, जिससे वहाँ लघुपथन (short circuit) हो जाता है, और बिजलीघर में धारा का परिपथ टूट जाता है और पूरा देश-देहात अंधेरे में आ जाता है। आजकल के दिनों में, इस कोरोना को घटाने या समाप्त करने के लिए, इंजीनियर कुछ विशेष प्रकार की, और कुछ ऊँची लागत की सावधानियाँ लेते हैं। वास्तव में, मनुष्य शरीर का कोरोना ईथरिक होता है और ये ठीक वैसा ही दिखाई देता है, मानो कि उच्चदबाव वाले तारों से होने वाला विसर्जन। अधिकांश लोग, यदि वे थोड़ा सा अभ्यास करें, यदि वे धैर्य रख सकें, तो शरीर के ईथरिक को देख सकते हैं। दुर्भाग्यवश, लोग सोचते हैं कि, ज्ञान और शक्तियाँ, जिनको प्राप्त करने में स्वामियों को वर्षों लग जाते हैं, को प्राप्त करने का, कोई सस्ता और तेज तरीका होगा। बिना अभ्यास के कुछ भी नहीं किया जा सकता! महान संगीतकार, प्रतिदिन, घंटों अभ्यास करते हैं, वे अपना अभ्यास कभी बंद नहीं करते हैं। इसी प्रकार आप, यदि ईथरिक और प्रभामंडल को देखना चाहते हैं, तो आपको भी अभ्यास करना पड़ेगा। एक तरीका, किसी इच्छुक व्यक्ति को पा जाने का है, और तब उस व्यक्ति को, अपनी नंगी बांहें

5अनुवादक की टिप्पणी : नाविकों के संरक्षक, संत एल्मो, के नाम से जाने जाने वाली, संत एल्मो की आग, सामान्यतः जलयानों के ऊपर दिखाई देने वाली, मौसम से जुड़ी एक घटना है, जिसमें तीखी और नुकीली बस्तुओं, जैसे तड़ित चालक की छड़ों, मस्तूल, विमनी, वायुयान के पंख तथा उसके नासिकाग्र से निकलने वाला कोरोना विसर्जन, वातावरण के शक्तिशाली विद्युत क्षेत्र में चमकदार प्लाज्मा पैदा करता है। सरकने जैसी आवाज के साथ इसे पत्तियों, घास, जानवरों के सींगों पर भी देखा जा सकता है। भौतिकरूप से ये गहरी नीली या बैंगनी रंग की होती है।

6अनुवादक की टिप्पणी : कुचालक संरचनाओं का उपयोग, दो खम्बों के बीच, विद्युत लाइन का तार बाँधने के लिये किया जाता है, सामान्यतः ये चीनी मिट्टी के बने होते हैं। लाइन वोल्टेज जितना ऊँचा होता है, उतने ही अधिक संख्या में कुचालक लगाये जाते हैं।

फैलाने को कहें। उँगलियों बाहर की तरफ फैली हुई, बांहें और उँगलियों कुछ उदासीन, तथा काले⁷



चित्र : 3 ईथरिक

आधार वाली चीजों से कुछ इंच दूर। भुजाओं और उँगलियों की तरफ देखें। सीधे इस पर नहीं देखें, बल्कि इनकी तरफ देखें। यहाँ इनकी तरफ देखने में, ठीक स्थान और ठीक ढंग सीखने में, थोड़ी युक्ति तथा दक्षता आवश्यक हो सकती है। जब आप देखेंगे, तो आप मांस के आसपास, समीप में चिपकी हुई, कुछ नीली भूरे से धुंरे जैसी कुछ देखेंगे। जैसा हमने कहा, शायद ये एक इंच के आठवें भाग तक फैला रहता है, शायद शरीर से छः इंच दूर। बहुधा कोई व्यक्ति भुजा की तरफ देखेगा और भुजा को छोड़कर

⁷अनुवादक की टिप्पणी : यह अंग्रेजी भाषा का एक मुहावरा है, जिसका आशय है, आप पूरी चीज को स्पष्ट नहीं देख सकते, यदि आप छोटी चीजों को बड़ी बारीकी से देख रहे हैं, क्योंकि आप अत्यधिक नजदीकी के साथ उससे जुड़े हैं। "शिकार शेर का, नजर मच्छर पर" इसका समतुल्य हो सकता है।

कुछ नहीं देख पायेगा। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि वे अत्यधिक प्रयत्न कर रहे होते हैं, ऐसा इसलिए होता है क्योंकि वे “पेड़ों के बदले में, जंगल नहीं देख सकते (can not see the wood for trees)।” अपने आपको थोड़ा आराम में आने दें, अत्यधिक प्रयास न करें और अभ्यास के साथ आप देखेंगे कि वास्तव में, वहाँ कोई चीज है।

अपने आप अभ्यास करने का एक दूसरा तरीका भी है। नीचे बैठ जाएँ और खुद को काफी सुखद स्थिति में रखें। अपने आपको इस तरह रखें कि आप किसी भी वस्तु से, कुर्सी, मेज या दीवार से, कम से कम छः फुट दूर हों। स्थिरता के साथ गहरी सांस लें, और धीमे, अपनी भुजाओं को पूरा लंबा फैलाएँ और धीमे-धीमे अपनी भुजाओं को पूरी लंबाई तक फैलाएँ। अंगूठे के साथ, अपनी उँगलियों के सिरे ऊपर की तरफ रखें, जिससे केवल आपकी उँगलियों के अगले भाग ही संपर्क में हो। तब, यदि आप अपनी उँगलियों को हटा लें, ताकि वे इंच के आठवें भाग—इंच के चौथाई भाग—तक हो जाएँ, आपको अलग से “कुछ चीज” दिखाई देगी। ये भूरे बादल की तरह, दिख सकता है मानो कि, कुछ लगभग आभायुक्त है, परंतु जब आप इसे देखते हैं, अपनी उँगलियों को धीमे-धीमे थोड़ा दूर करते जाएँ, एक समय में चौथा इंच, शीघ्र ही, आप देखेंगे कि वहाँ कुछ है, कि कुछ ईथरिक है। यदि आप संपर्क को छोड़ दें, अर्थात् यदि धुंधली सी कुछ चीज गायब हो जाए, तब उसकी उँगलियों के अगले भाग आपस में स्पर्श कराएँ और फिर से पूरी नयी शुरुआत करें। ये केवल अभ्यास का ही मामला है। एकबार फिर, इस विश्व के महान संगीतज्ञ अभ्यास करते हैं, और अभ्यास करते हैं, और अभ्यास करते हैं! अपने अभ्यास के बाद! वे अच्छा संगीत उत्पादित करते हैं। आप भी, अमूर्तभौतिकी ज्ञान के क्षेत्र में कुछ अच्छे परिणाम ला सकते हैं, लेकिन एकबार फिर, अपनी उँगलियों की ओर देखें। सावधानीपूर्वक, उनमें से निकलते हुए हल्के से धुंध को दूसरों की तरफ जाते हुए देखें। अभ्यास के साथ आप देखेंगे कि न केवल आपके लिंग (sex) के ऊपर, बल्कि आपकी स्वास्थ्य की अवस्था पर और उस समय आप क्या सोच रहे हैं, उस पर निर्भर करते हुए, या तो ये बांये हाथ से दांये हाथ की ओर प्रवाहित होता है अथवा दांये हाथ से बांये हाथ की ओर।

यदि आप किसी ऐसे व्यक्ति की मदद ले सकें, जो आप में रुचि ले सकता है, तब आप अपनी हथेली के साथ भी प्रयोग कर सकते हैं। यदि संभव हो तो आपके सामने चेहरा करके एक कुर्सी पर बैठने के लिए, आपको यह व्यक्ति, विपरीत लिंग का सदस्य खोजना चाहिए। आप दोनों को, अपने हाथों को, अपनी भुजाओं को पूरी लंबाई तक पहुँचाना चाहिए। तब धीमे-धीमे, अपने हाथों को, अपने दोस्त, जिसकी हथेलियाँ ऊपर की तरफ हैं, पंजों को हथेलियों के समीप, नीचे लाएँ। जब आप लगभग दो इंच दूर हैं, आपको एक हाथ से दूसरे हाथ की ओर बहती हुई, या तो ठंडी अथवा एक गर्म हवा मिलेगी, अनुभव हथेली के बीच के भाग से शुरू होता है। ये निर्भर करता है कि ये किस हाथ पर है और आप किस लिंग के साथ, ठंडी या गर्म हवा महसूस करते हैं। यदि आपको गर्म हवा महसूस हो, तो अपने हाथ को थोड़ा सा हिलाएँ, ताकि आपका हाथ, सीधा-सीधा उँगलियों की सीध में न हो, बल्कि उसके साथ किसी कोण पर हो, और तब आप उस गर्मी को बढ़ता हुआ अनुभव कर सकते हैं। आप जितना अभ्यास करेंगे, उतनी गर्मी बढ़ेगी। जब आप यहाँ तक पहुँचें, यदि आप अपनी और उस दूसरे व्यक्ति की, दोनों हथेलियों के बीच सावधानी से देखें, आप ईथरिक को एक विशिष्ट ढंग से पाएँगे। ये सिगरेट के धुँए जैसा होता है, जिसे अंदर भरा नहीं गया, अर्थात् अंदर लिए गए गंदे भूरे के बदले में, ये ताजा, नीले रंग की आभा के साथ, होगा।

हम इसे दुहराते रहेंगे कि ईथरिक, शरीर के चुम्बकीय बलों की, मात्र बाहरी अभिव्यक्ति है, हम इसे प्रेत (ghost) कहते हैं, जो जब कोई व्यक्ति, अपने स्वास्थ्य की अच्छी अवस्था में मरता है, ये ईथरिक थोड़े समय के लिए रहता है, ये शरीर से अलग हो सकता है और विचारहीन प्रेत की तरह से घूम सकता है, जो सूक्ष्मशरीर के अस्तित्व से पूरी तरह अलग एक चीज है। हम किसी अन्य दिन इसके

ऊपर विस्तार से बात करेंगे परंतु आपने देश के पुराने कब्रिस्तानों के बारे में सुना होगा, जहाँ सड़क की बत्तियाँ नहीं हैं! कई लोग कहते हैं कि वे अंधेरी रात में, कब्र, जो केवल उसी दिन खोदी गई थी, की जमीन से उठती हुई, मंद-मंद सी, नीली सी रोशनी देख सकते हैं। वास्तव में, ये नई-नई लाश से समाप्त होता हुआ, हटता हुआ, ईथरिक आवेश होता है। आप कह सकते हैं कि ये एक उबलती हुई केटली, जिसका बटन दबाकर बंद किया गया है, से निकलने वाली गर्मी के समान है। जैसे-जैसे केटली ठंडी होती जाती है, बाहर की तरफ गर्मी का अनुभव भी ठंडा होता जाता है, स्पष्टतया घटता जाता है। इसी प्रकार, जैसे ही एक शरीर मरता है, ध्यान रखें, 'मृत्यु की कई सापेक्ष अवस्थाएँ होती हैं,' ईथरिक बल धीमे-धीमे कम, और कम, होता जाता है। आप एक लाश के पास, उसकी डॉक्टर मृत्यु (clinical death) होने के बाद भी, कई हफ्तों तक, ईथरिक को देख सकते हैं, परंतु ये अलग पाठ का विषय है।

अभ्यास, अभ्यास, और अभ्यास। अपने हाथों पर देखें, अपने शरीर को देखें, इन प्रयोगों को एक इच्छुक मित्र के साथ करके देखें क्योंकि केवल अभ्यास के द्वारा ही आप ईथरिक को देख सकते हैं और जबतक आप ईथरिक को नहीं देख सकते, तबतक प्रभामंडल को नहीं देख सकते, जो इससे और अधिक सूक्ष्म चीज है।

पाठ चार

जैसा हमने पिछले पाठ में देखा, शरीर ईथरिक से घिरा रहता है, जो शरीर के प्रत्येक भाग को घेरे रहता है। परंतु प्रभामंडल, ईथरिक के बाहर की तरफ विस्तारित होता है। कुछ मामलों में, ये ईथरिक के समान ही है कि ये चुम्बकीय और विद्युत मूल का होता है परंतु, इसके बाद समानता समाप्त हो जाती है।

कोई ये कह सकता है कि प्रभामंडल अपने अधिस्वयं के रंगों को दिखाता है। ये प्रदर्शित करता है कि क्या कोई व्यक्ति आध्यात्मिक है अथवा विषयी (carnal)। ये भी दिखाता है कि किसी व्यक्ति का स्वास्थ्य अच्छा है या खराब या वह वास्तव में बीमार है। प्रभामंडल में हर चीज परावर्तित (reflect) होती है। ये अधिस्वयं का, अथवा यदि आप कहना चाहें, आत्मा का सूचक है। अधिस्वयं और आत्मा, वास्तव में, एक ही चीज है।

इस प्रभामंडल में हम बीमारी और स्वास्थ्य, निराशा और सफलता, प्रेम और घृणा, को देख सकते हैं। शायद, ये सौभाग्यजनक है कि बहुत सारे लोग, आज की स्थिति में प्रभामंडल को नहीं देख सकते हैं, क्योंकि आजकल इसका लाभ उठाना, अपना हाथ दूसरे से ऊपर रखना, एक सामान्य चीज दिखाई देती है। प्रभामंडल, अधिस्वयं के रंगों और कंपनों को परावर्तित करते हुए, जैसा कि यह करता है, उस विचार को, जैसा इसे करना चाहिये, हमेशा झुठला देता है। यह एक तथ्य है कि जब कोई व्यक्ति बुरी तरह बीमार हो, प्रभामंडल मंद होना प्रारम्भ हो जाता है और निश्चित मामलों में, व्यक्ति के मरने से पहले, प्रभामंडल वास्तविक रूप में मंद हो जाता है। यदि किसी व्यक्ति को लम्बी बीमारी है, तब प्रभामंडल वास्तव में, केवल ईथरिक को पीछे छोड़ते हुए, मृत्यु से पहले मंद पड़ जाता है। दूसरी तरफ, एक व्यक्ति, जो अच्छे स्वास्थ्य के होते हुए, दुर्घटना से मरा है, प्रभामंडल को अंत तक, और डॉक्टरी मृत्यु होने के कुछ क्षण बाद तक धारण करता है।

यहाँ मृत्यु के सम्बन्ध में कुछ निश्चित टिप्पणियाँ प्रस्तुत करना उचित होगा क्योंकि मृत्यु, धारा को बंद करने के लिए बटन की तरह, अथवा किसी बाल्टी को खाली करने की तरह नहीं है। मृत्यु, मानो कि, लंबे समय तक खिचने वाला मामला है। कोई बात नहीं कि व्यक्ति किस प्रकार मरता है, कोई बात नहीं, यदि किसी आदमी का सिर भी काट दिया जाता है, मृत्यु, उसके कुछ क्षणों के बाद तक नहीं होती। मस्तिष्क, जैसा हम देख चुके हैं, विद्युत धाराओं को पैदा करने वाले कोशों (cells) का भंडारगृह है। खून से नमी और धातु के अयस्क रसायन भेजे जाते हैं, और अपरिहार्यरूप से ये घटक, मस्तिष्क के कुछ तंतुओं में इकट्ठे हो जाते हैं। इसप्रकार मस्तिष्क, डॉक्टरी मृत्यु होने के बाद, तीन या चार मिनट तक अपना कार्य जारी रखता है।

कुछ लोगों के द्वारा ऐसा कहा जाता है कि फॉसी दे कर मारने (execution) का ये अथवा वो प्रकार, क्षणिक होता है, परंतु वास्तव में, ये हास्यास्पद है। जैसा हम कह चुके हैं, यदि सिर को पूरी तरह से शरीर से अलग कर दिया जाये तो मस्तिष्क तीन या चार मिनट बाद तक काम करता रहता है। यहाँ एक प्रकरण है, जिसके वास्तविक साक्ष्य थे, और फ्रांस की क्रांति के दिनों में, सावधानीपूर्वक, घोषणा की गई थी। एक तथाकथित विश्वासघाती का सिर काट दिया गया और जल्लाद, उसके सिर को बालों से पकड़े हुए और ऐसा कहते हुए नीचे पहुँचा, “ये एक विश्वासघाती का सिर है।” दर्शकों में से लोग—उन दिनों में मृत्यु की सजा लोगों के सामने दी जाती थी और वह भी किसी सार्वजनिक छुट्टी के दिन—ये देखकर चौंक गए, जबकि उसके होठों ने स्वररहित शब्द निकाले, “ये झूठ है।” इसे वास्तव में, फ्रांसीसी सरकार के अभिलेखों में देखा जा सकता है। कोई डॉक्टर या शल्यचिकित्सक, आपको बतायेगा कि यदि खून की आपूर्ति को रोक दिया जाये तो मस्तिष्क, तीन मिनट के बाद अपंग हो जाता है। यही कारण है कि, यदि दिल रुक जाता है तो उसे दुबारा से शुरू करने के लिए, खून के प्रवाह को दोबारा प्रारंभ करने के लिए, व्यग्र प्रयास किए जाते हैं। हम यहाँ ये दिखाने के लिए कि मृत्यु और

प्रभामंडल का मंद पड़ना, क्षणिक नहीं होता है, थोड़ा पीछे जा रहे हैं। ये, कैसे भी, मृत्यु का कारण ज्ञात करने वाले अधिकारियों (coroners) और रोग विज्ञानियों (pathologists) को ज्ञात, चिकित्सीय तथ्य है कि, शरीर भिन्न-भिन्न दरों से मरता है; (पहले) मस्तिष्क मरता है, तब एक-एक करके, अंग मरते हैं। नाखून और बाल, सबसे अंत में मरते हैं।

चूंकि शरीर क्षणिक रूप से नहीं मरता, प्रभामंडल की छाप (traces) कुछ विलंबित हो सकती है। इसप्रकार ऐसा है कि यदि कोई व्यक्ति अतीन्द्रियज्ञानी है, मृतव्यक्ति के प्रभामंडल में देख सकता है कि वह क्यों मरा। ईथरिक, प्रभामंडल से दूसरी प्रकृति का होता है और ईथरिक उस व्यक्ति से अलग होकर, कुछ समय के लिए, उस व्यक्ति के भूत के रूप में घूमना फिरना जारी रख सकता है, विशेषरूप से यदि कोई व्यक्ति अचानक, अत्यधिक तेजी के साथ मरा हो। अच्छे स्वास्थ्य वाले एक व्यक्ति की जिसकी हिंसक (violent) मृत्यु हुई हो, "बैटरियों पूरी तरह आवेशित होती हैं," और इसलिए उसका ईथरिक पूरी शक्ति वाला होता है। शरीर की मृत्यु के बाद, ईथरिक शरीर से अलग होकर, घूमता-फिरता है, तैरता रहता है। चुम्बकीय आकर्षण के द्वारा यह निस्संदेह, अपने पुराने स्थानों के आसपास मंडराता रहता है और यदि कोई अतीन्द्रियज्ञानी आसपास है अथवा कोई व्यक्ति, जो अत्यधिक उत्तेजित है (अर्थात् उसके कंपन बढ़े हुए हैं), तब वह व्यक्ति, ईथरिक को देख सकेगा और कहेगा "ओह फलाने-फलाने का भूत!"



चित्र : 4 प्रभामंडल की मुख्य रेखायें

प्रभामंडल, कच्चे (crude) ईथरिक की तुलना में, अपेक्षाकृत अधिक परिष्कृत पदार्थ होता है और प्रभामंडल वास्तव में, ईथरिक से उतना ही अधिक सूक्ष्मतर (finer) होता है, जितना कि ईथरिक

भौतिकशरीर से होता है। ईथरिक, शरीर के आवरण (contour) का अनुगमन करता हुआ, उसे पूरा ढकता हुआ, शरीर के ऊपर "तैरता" है, परंतु प्रभामंडल, अंडाकार आकृति का खोल बनाता हुआ, शरीर के चारों ओर विस्तारित होता है (चित्र 4)। उदाहरण के लिए, यह ऊँचाई में सात फुट या अधिक, और लगभग अपने सबसे चौड़े भाग में, चार फुट चौड़ा हो सकता है। ये ऊपर से नीचे की ओर ढालदार (tapers down) होता जाता है, जिससे इस अंडे का संकरा सिरा नीचे, अर्थात् जहाँ पैर हैं, होता है। प्रभामंडल, विकरणों, जो शरीर के विभिन्न केन्द्रों से, शरीर के अन्य दूसरे केन्द्रों तक रंगों में चमकदार होते हैं, से बना होता है। पुराने चीनी कहा करते थे कि "एक चित्र, एक हजार शब्दों की अपेक्षा, अधिक मूल्यवान होता है।" इसलिए कुछ हजार शब्द बचाने के लिए, हम यहाँ, इस पाठ में, एक खड़े हुए व्यक्ति का बगल से दिखता हुआ पूरा चेहरा लगायेंगे, और इन चित्रों पर हम विभिन्न केन्द्रों से विभिन्न केन्द्रों तक, प्रभामंडल की बलरेखायें और अंडाकार आकृति की सामान्य रूपरेखा का चित्र प्रदर्शित करेंगे।

हमें यह भी स्पष्ट कर देना चाहिए कि प्रभामंडल वास्तव में, सदैव अस्तित्व में रहता है, यद्यपि आप उसे एक क्षण के लिए भी देख नहीं पाते। आप सराहना करेंगे कि, जिस हवा को आप सांस में लेते हैं, आप उसे भी नहीं देख पाते, और हमें संदेह है कि मछली, उस पानी को देख पाती होगी, जिसमें वह तैरती है! प्रभामंडल, तब, एक सत्य जीवतबल है। यद्यपि अधिकांश अप्रशिक्षित लोग इसे नहीं देख सकते परंतु फिर भी, इसका अस्तित्व होता है। विभिन्न उपकरणों की सहायता से प्रभामंडल को देखा जाना संभव है, उदाहरण के लिए, विभिन्न प्रकार के चश्मे, जो आँखों के ऊपर उपयोग में लाए जा सकते हैं परंतु इस विषय पर सभी जानकारी, जिसे हम इकट्ठा करने में समर्थ हुए हैं, प्रदर्शित करती है कि ये चश्मे, नजर के लिए अत्यधिकरूप से घातक हैं; वे आँखों पर जोर डालते हैं और उन्हें एक अप्राकृतिक तरीके से कार्य करने के लिए मजबूर करते हैं और हम प्रभामंडल को देखने के लिए योग्य बनाने के अभिप्राय से, एक क्षणमात्र के लिए भी, इन चश्मों की सिफारिश नहीं कर सकते और न ही वे विभिन्न पर्दे, जो कॉच की दो चादरों से बने हुए होते हैं, जिनके बीच जलरोधक स्थान रहता है, जिनमें सामान्यरूप से कोई विशेष और बहुत मंहगा रंजक (dye) भरा जाता है। हम केवल ये सुझाव दे सकते हैं कि आप केवल अभ्यास करें और अभ्यास करें, और तब थोड़े विश्वास और थोड़ी मदद के साथ, आप (प्रभामंडल को) देखने में समर्थ हो सकेंगे। प्रभामंडल को देखने में सबसे बड़ी दिक्कत ये है कि अधिकांश लोग ये विश्वास नहीं करते कि वे इसे देख भी सकते हैं!

प्रभामंडल, जैसा कि हम कह चुके हैं, विभिन्न रंगों का होता है, परंतु हम यहाँ संकेत करेंगे कि हम जिसे रंग कहते हैं, वह वास्तव में, वर्णक्रम का एक विशेष हिस्सा मात्र है। दूसरे शब्दों में, यद्यपि हम, "रंग" शब्द का उपयोग करते हैं, हम तरंग की ठीक-ठीक आवृत्ति को बता सकते हैं, जिसे हम "लाल" या "नीला" कहते हैं। लाल, बहरहाल, देखने में सबसे अधिक आसान रंग है। नीला उतना आसान नहीं है। कुछ लोग हैं, जो नीले को नहीं देख सकते, कुछ दूसरे हैं, जो लाल को नहीं देख सकते। यदि आप किसी ऐसे व्यक्ति की उपस्थिति में हैं, जो प्रभामंडल को देख सकता है, बहरहाल सावधान रहें, असत्य को बिलकुल न कहें, क्योंकि यदि आप असत्य कहेंगे तो प्रभामंडल देखने वाला (aura seer) आपको झूठा बतायेगा! सामान्यतः हर व्यक्ति का "तेजोमंडल (halo)" होता है, जो या तो नीले से (bluish) या पीले से (yellowish) रंग का होता है। यदि झूठ बोला जाता है तो हरे से रंग का पीला (greenish yellow) तेजोमंडल में से होकर फूट पड़ता है। वर्णन करने के लिए ये, मुश्किल रंग है, परंतु यदि एकबार देख लिया जाए तो इस रंग को कभी भूला नहीं जा सकता। इसलिए—झूठ बोलना, हरे से पीले रंग की लपटों के द्वारा, जो तेजोमंडल में से, जो कि प्रभामंडल के सबसे ऊपर होता है, निकलती हैं, अपने आप को तुरंत धोखा देने के समान है।

कोई कह सकता है कि प्रभामंडल मूलरूप से आँखों तक विस्तारित होता है, और तब आप पीले

या नीले की, जो कि तेजोमंडल है, एक चमकदार पर्त देखते हैं। तब प्रभामंडल के सबसे ऊपर वाले भाग के ऊपर, आप प्रकाश के एक फुब्बारे की भौति का पाते हैं, जो पूर्व में खिलता हुआ कमल (flowering lotus) कहलाता है, क्योंकि यह वास्तव में, वैसा ही दिखाई देता है। ये रंगों की आपस में अदला-बदली है और कल्पना में, ये किसी को, प्रबलरूप से सात पंखुड़ियों वाले कमल के खिलने का ध्यान दिलाता है।

किसी की आध्यात्मिकता जितनी बड़ी होती है, उसके तेजोमंडल में उतना ही अधिक केसरिया पीला रंग होता है। यदि एक व्यक्ति संदेहास्पद विचारों वाला है, तब प्रभामंडल का एक विशेष भाग, असुखद दलदली भूरे में परिवर्तित हो जाता है, और पित्त के रंग के जैसी पीली-हरी धारियों से घिर जाता है, जो स्वार्थीपन का संकेत देती हैं।

हमारा ये विश्वास है कि लोग, प्रभामंडल, जितना दिखाई देता है, उससे अधिक को देखते हैं। हमारा विश्वास है कि बहुत अधिक लोग, प्रभामंडल को देख सकते या अनुभव कर सकते हैं और ये नहीं जानते कि वे क्या देख रहे हैं। किसी व्यक्ति के लिए ये कहना बहुत ही साधारण सी बात है कि उसका रंग यह या वह होना चाहिए, वह ऐसे-ऐसे रंग को नहीं झेल सकता, क्योंकि सहज भाव से वह सोचता है कि ये उसके प्रभामंडल के साथ टकराव (clash) करेगा। आपने ये देखा हुआ हो सकता है कि एक व्यक्ति, जो कपड़े पहनता है, जो आपके अपने अनुमान के अनुसार, अत्यधिकरूप से असंभव है। आपको प्रभामंडल नहीं दिखाई दे सकता है, परंतु आप अपने दोस्त की तुलना में, संभवतः अधिक ग्रहणशील होने के कारण, उसे अनुपयुक्त कपड़े पहने हुए, जान जायेंगे कि यह रंग उसके प्रभामंडल से पूरी तरह से टकराव करते हैं। अनेक लोग, तब, सूँघ लेते हैं, अनुभव करते हैं, अथवा मानव प्रभामंडल के प्रति सावधान होते हैं, परंतु, उन्हें प्रारंभिक बचपन से ही यह सिखाए जाने के कारण कि ये बकवास है, इसको या उसको देखना बकवास है, उन्होंने अपने आपको, ये विश्वास करने में सम्मोहित किया हुआ है कि वे शायद, ऐसी किसी चीज को नहीं देख पायेंगे।

ये भी एक तथ्य है कि किसी निश्चित रंग के कपड़े पहनकर, कोई अपने स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकता है। यदि आप ऐसा रंग पहनें, जो आपके प्रभामंडल के साथ टकराता हो, तब आप निस्संदेह रूप से बीमार होंगे, परेशानी में या स्वयं के प्रति चिंतित होंगे, जबतक कि आप इस अनुपयुक्त रंग को हटा नहीं देते, आप अस्वस्थ भी हो सकते हैं। आप ये पा सकते हैं कि एक विशेष रंग, एक कमरे में आपको परेशान करता है, या शांति देता है। रंग, कुल मिलाकर, कंपनों के ही विभिन्न नाम हैं। लाल एक कंपन है, हरा दूसरा कंपन है, और काला एक तीसरा कंपन है। ठीक वैसे ही, जिसे हम ध्वनि कहते हैं, के कंपनों की तरह टकरा सकते हैं और असंगति (disharmony) पैदा करते हैं, इसीप्रकार ध्वनिरहित कंपन, जिन्हें हम रंग कहते हैं, टकराते हैं और आध्यात्मिक असंगति पैदा करते हैं।

पाठ पाँच

प्रभामंडल के रंग

प्रत्येक संगीत सुर, अनुनादी कंपनों का गठजोड़ होता है, जो अपने पड़ोसियों से उपयुक्त होने पर निर्भर करता है। संगत (compatibility) की कमी, एक कर्कश (sour) सुर, एक सुर जो सुनने में सुखद नहीं है, को पैदा करती है। संगीतज्ञ ऐसे सुरों को पैदा करने की जुगत में लगे रहते हैं, जो सुखद हों।

संगीत की भांति रंगों में भी ऐसा ही होता है, क्योंकि रंग भी कंपन होते हैं, यद्यपि वे मनुष्य के लिये संवेदनशील वर्णक्रम के थोड़े अलग भाग से होते हैं। कोई शुद्ध रंग देखता है, जो किसी को आराम देते हैं और ऊँचा उठाते हैं या कोई दूसरे रंग देखता है, जो कर्कश ध्वनि करते हैं, नाड़ियों को खनखनाते हैं। मनुष्य के प्रभामंडल में अनेक-अनेक प्रकार के रंग और रंगों की धापें (shades) होती हैं। उनमें से कुछ, किसी अप्रशिक्षित प्रेक्षक की दृष्टि की परास के बाहर होते हैं और इसलिए उन रंगों के लिए हमारे पास कोई सार्वभौमिक स्वीकृत नाम नहीं है।

यहाँ, जैसा कि आप जानते हैं, एक शांत (silent), कुत्ते वाली सीटी होती है, अर्थात् ये कंपनों के एक बंध (band) के ऊपर अनुनाद करती है, जिसे आदमी के कान नहीं सुन सकते परंतु, कुत्ता सुन सकता है। पैमाने के दूसरे सिरे पर, एक मनुष्य, कुत्ते के सुन सकने की तुलना में, अधिक गहरी ध्वनियों को सुन सकता है; नीचे के स्वर कुत्तों को सुनाई नहीं देते। मान लो कि यदि हम, मनुष्य के सुनने की परास को बढ़ा सकें—तब हम जैसे कुत्ता सुनता है, और कुत्ते की सीटी के उच्चस्वर को भी वैसे ही सुन सकेंगे। इसलिए, यदि हम अपनी दृष्टि की परास को ऊपर बढ़ा सकें अथवा बदल सकें, हम मानव, प्रभामंडल को देखने में सक्षम हो सकेंगे। यद्यपि, जबतक हम इसे सावधानी से नहीं करते हैं, तब हम काले या गहरे बैंगनी रंग को देखने की क्षमता को खो बैठेंगे।

ऐसे असंख्य रंगों की सूची बनाना, तर्कहीन होगा। इसलिए हम अधिकतर सामान्य रंगों, सबसे अधिक शक्तिशाली रंगों, के ऊपर विचार करें। ये मूल रंग, व्यक्ति, जिसका प्रभामंडल देखा जा रहा है, की प्रगति के साथ बदलते रहते हैं। ज्योंही एक आदमी आध्यात्मिकता में सुधार करता है, वैसे ही उसके रंग में सुधार हो जाता है। यदि कोई व्यक्ति, प्रगति के इस सोपान में वापस आने के लिए, पर्याप्त रूप से दुर्भाग्यशाली रहता है, तब उसके मूलभूत रंग, पूरी तरह से बदल सकते हैं या धाप (shade) में परिवर्तन कर सकते हैं। मूल रंग (जिन्हें हम नीचे उल्लेख कर रहे हैं), मूल व्यक्ति को प्रदर्शित करते हैं। असंख्य पेस्टल (pastle) धापें, आध्यात्मिकता की कोटि के साथ-साथ, विचारों और आशयों को सूचित करती हैं और प्रभामंडल, विशिष्ट उलझे हुए इन्द्रधनुष की तरह चक्कर खाता है। रंग, बढ़ते हुए स्प्रिंग के आकार में, शरीर के चारों ओर चक्कर लगाते हैं, दौड़ते हैं, और सिर से पैरों की तरफ उड़ें भी जाते हैं। परंतु कई बार, ये रंग, इन्द्रधनुष में, हमेशा से अधिक प्रकट होते हैं; इन्द्रधनुष, यानी पानी की बूंदों से आवर्तन, साधारण चीज मात्र है, जबकि प्रभामंडल स्वयं जीवन है।

यहाँ थोड़े से रंगों के ऊपर कुछ टिप्पणियाँ हैं, “बहुत थोड़ी” क्योंकि जबतक कि आप नीचे दिए गए सूचीबद्ध रंगों को नहीं देख सकते, दूसरे रंगों के साथ व्यवहार करने का कोई कारण नहीं है।

लाल — अपने अच्छे स्वरूप में, लाल, संचालित करने वाले प्रवल बल को प्रदर्शित करता है। अच्छे जनरल और नेता लोगों में, उनके प्रभामंडल में, पर्याप्त रूप से स्पष्ट लाल रंग रहता है। लाल का एक विशिष्ट रूप से स्पष्ट रंग, जिसके किनारे स्पष्ट पीले होते हैं, एक (ऐसे) व्यक्ति की तरफ इशारा करते हैं, जो समाज सुधारक (crusader) होता है—वह, जो हमेशा ही दूसरों को मदद करने के लिए तड़पता रहता है। इसे सामान्य काम में हस्तक्षेप करने वाले (maddler) से भ्रमित न हों; उसका “लाल” “भूरा” होगा! किसी अंग से निकलती हुई स्पष्ट लाल की धारियाँ या धब्बे, बताते हैं कि वह अंग, विशेष

रूप से, अच्छी तरह स्वस्थ है। विश्व के नेताओं में से कुछ में, उनकी रचना में, काफी लाल रंग पाया जाता है। दुर्भाग्यवश, अत्यधिक उदाहरणों में, ये खराब करने वाले रंगों से दूषित किया हुआ होता है।

एक खराब लाल, जो दलदली या अत्यधिक गहरा होता है, खराब या संदेहपूर्ण मिजाज को प्रदर्शित करता है। व्यक्ति अविश्वसनीय, झगड़ालू, धोखेबाज, और दूसरों के मूल्य पर स्वार्थलाभ करने वाला होता है। फीके लाल, निरपवादरूप से, नाड़ीतंत्र की उत्तेजना को प्रदर्शित करते हैं। खराब लाल रंग वाला व्यक्ति, शारीरिकरूप से शक्तिशाली हो सकता है, दुर्भाग्यवश, वह गलत काम करने में भी शक्तिशाली होगा। हत्यारों के प्रभामंडल में, सदैव ही, निम्नस्तर का लाल रंग होता है। जितना ज्यादा हल्का लाल होगा (हल्का, "स्पष्टतर (clearer)" नहीं) वह व्यक्ति उतना ही अधिक अवसादग्रस्त और अस्थिर होगा। ऐसा व्यक्ति बहुत अधिक सक्रिय (active) होता है—चिड़चिड़ा (jittery) भी हो सकता है — और एकबार में कुछ सेकंड से अधिक स्थिर नहीं रह सकता। वास्तव में, ऐसा व्यक्ति बहुत आत्मकेन्द्रित होता है। अंगों के आसपास के लाल रंग, उसकी अवस्था को सूचित करते हैं। अंग के स्थान पर धीमे से धड़कता हुआ एक फीका लाल, भूरे से लाल रंग का भी, कैंसर को सूचित करता है। कोई देख सकता है कि वहाँ कैंसर है, अथवा वह कैंसर के लिए प्रारम्भिक स्थिति में है! प्रभामंडल सूचित करता है कि बाद में, शरीर को कौन सी बीमारियाँ घेरने वाली हैं, जबतक कि सुधारकारी कदम न उठाये जाँ। "प्रभामंडलीय इलाज (Aura Therapy)," बाद के कुछ वर्षों में, सबसे बड़े उपयोगों में से एक होने वाला है।

जबड़ों से, चितकबरा, और भड़कता हुआ लालरंग, दांतों के दर्द को सूचित करता है; तेजोमंडल में धड़कता हुआ फीका भूरा, दंत चिकित्सक के पास जाने से पैदा होने वाले डर को सूचित करता है। सिंदूरी लाल, वास्तव में, उनका होता है, जो अपने बारे में अधिक सुनिश्चित होते हैं; ये सूचित करता है कि कोई व्यक्ति, कुल मिलाकर, अपने प्रति अधिक ध्यान रखता है। ये झूठे गर्व का—निराधार गर्व का रंग है। परंतु—कूल्हे के आसपास सिंदूरी रंग, स्पष्टरूप से, उन महिलाओं को, जो अपने प्यार को सिक्कों के लिए बेचती हैं, दिखाता है वास्तव में, वे सिंदूरी महिलायें (scarlet women) होती हैं! ऐसी महिलायें यौन में, सामान्यतः, ठीक ठीक अभिरुचि नहीं लेतीं; उनके लिए, ये मात्र जीविका उपार्जन का एक माध्यम है। इसलिए, एक अत्यधिक रहस्यमय व्यक्ति और वैश्याएँ, प्रभामंडल के इस रंग को साझा करते हैं। ये ध्यान देने लायक है कि पुरानी कहावतें, जैसे कि "सिंदूरी औरत", "नीली मनोदशा (blue mod)", "लाल गुस्सा (red rage)," "मिजाज से काला (black with temper)," और "ईर्ष्या से हरा (green with envy)" वास्तव में, किसी व्यक्ति के प्रभामंडल को, उसकी इस प्रकार की मनोदशा को, सही—सही सूचित करती हैं। लोगों ने, जिन्होंने इसप्रकार की कहावतों की शुरुआत की, स्पष्टरूप से सचेतन अथवा अचेतन में, प्रभामंडल को देखा।

"लाल" समूह के ऊपर अभी भी जारी—गुलाबी (ये वास्तव में, मूंगे जैसा है) अपरिपक्वता दिखाता है। किशोर, किसी दूसरे लाल रंग की अपेक्षा गुलाबी ही प्रदर्शित करते हैं। प्रौढ़ व्यक्ति के मामले में, गुलाबी रंग, उसमें बचपने और असुरक्षा की भावना प्रदर्शित करता है। लाल—भूरा, कुछ—कुछ कच्चे यकृत जैसा, वास्तव में, एक शैतान (nasty) व्यक्ति को प्रदर्शित करता है। वह, जिसको त्याग दिया जाना चाहिए, क्योंकि वह परेशानियों पैदा करेगा। जब ये किसी अंग के ऊपर देखा जाता है, तो यह प्रदर्शित करता है कि वह अंग, वास्तव में, बहुत बीमार है और यदि ये रंग, किसी महत्वपूर्ण अंग के ऊपर हुआ, तो वह व्यक्ति शीघ्र ही मर जाएगा।

छाती की हड्डी (उरोस्थि) के सिरे पर (sternum स्टेर्नम के अंत में) लाल रंग प्रदर्शित करने वाले, ऐसे सभी व्यक्तियों को नाड़ी सम्बंधी बीमारियाँ होती हैं। उन्हें अपनी गतिविधियों को नियंत्रण में रखना सीख लेना चाहिए और यदि वे लंबे समय तक और प्रसन्नता से जीना चाहते हैं, तो उन्हें अधिक संयतदंग से (sedately) रहना चाहिए।

नारंगी – नारंगी, वास्तव में, लाल का ही एक प्रकार है, परंतु हम इसे अपना वर्गीकरण करके सद्भावना दे रहे हैं क्योंकि, सुदूरपूर्व (far east) के कुछ धर्म, नारंगी को सूर्य का रंग मानते हैं और उसके प्रति श्रद्धांजलि देते हैं। यही कारण है कि सुदूरपूर्व में अनेक नारंगी रंग हुआ करते हैं। दूसरी तरफ, मात्र सिक्के के दोनों पहलू दिखाने के लिए, अन्य धर्म भी इसी तरह, नीले रंग को सूर्य का रंग होने में विश्वास रखते हैं। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप किस विचार के साथ हैं, नारंगी, मूलरूप से एक अच्छा रंग है, और अपने प्रभामंडल में, नारंगी के उपयुक्त रंग वाले, लोग वे हैं, जो दूसरों के प्रति अधिक विवेकपूर्ण होते हैं, वे मानवतावादी होते हैं, वे लोग, जो दूसरों की, जो उतने भाग्यशाली प्रकार के नहीं होते, अपना सबसे अच्छा काम, सहायता करने के लिए, करते हैं। पीला-नारंगी वांछित होता है क्योंकि, ये आत्मनियंत्रण को प्रदर्शित करता है और वह बहुमूल्य है।

भूरे से रंग का नारंगी (brownish-orange), एक दबे हुए, आलसी प्रकृति के, लापरवाह आदमी को प्रदर्शित करता है। एक भूरा सा नारंगी, गुर्दे के कष्ट को भी बताता है। यदि यह गुर्दे के ऊपर स्थित है और इसमें स्लेटी रंग की धारियाँ हैं तो यह गुर्दे में पथरी होने को प्रदर्शित करता है।

नारंगी, जो हरे रंग से मिला रहता है, एक व्यक्ति, जो मात्र झगड़ने के लिए, झगड़ा पसंद है, को प्रदर्शित करता है और जब आप रंगों में, धाप के अंदर भी धाप (shades within the shades), देखने की प्रगति कर पायेंगे, तब इतनी समझ दिखायें और उन लोगों के साथ बहस से बचें, जिनके नारंगी रंग के बीच में हरा हो, क्योंकि वे केवल काला या सफेद (black and white) ही देख सकते हैं। उनमें कल्पनाशीलता की कमी होती है, उनमें समझ की कमी होती है और ये नहीं महसूस कर पाते कि ज्ञान, चिंतन और रंगों के भी दूसरे रंग हैं। हरे से नारंगी (greenish-orange), रंग से प्रभावित व्यक्ति, मात्र बहस करने के लिए, और वास्तव में, बिना इस बात की परवाह किए हुए कि, उसके तर्क सही हैं या गलत, अंतहीनरूप से तर्क करता है; ऐसे व्यक्तियों के लिए बहस ही एक चीज होती है।

पीला—एक सुनहरी पीला (golden yellow) दिखाता है कि इसको धारण करने वाला एक बहुत ही आध्यात्मिक प्रकृति का व्यक्ति है। सभी महान संत, अपने सिर के चारों ओर, सुनहरा तेजोमंडल रखते थे। जितनी ज्यादा आध्यात्मिकता, उतना ही चमकीला सुनहरा पीला। यहाँ विषयान्तर करने के लिए हम बता दें कि वे लोग, जो उच्चतम आध्यात्मिकता के हैं, नीले रंग को भी रखते हैं, परंतु अभी हम पीले रंग की बात कर रहे हैं। जिनके प्रभामंडल में पीला रंग होता है, वे हमेशा ही अच्छी आध्यात्मिकता और नैतिक स्वास्थ्य में रहते हैं। वे ठीक से अपने रास्ते पर हैं, और पीले रंग की ठीक धाप के साथ उनका थोड़ा दूसरा रंग भी हो सकता है, जिससे डरना चाहिए। चमकदार पीले रंग के प्रभामंडल द्वारा, व्यक्ति पूरी तरह विश्वसनीय होता है। खराब पनीर जैसे पीले रंग वाला व्यक्ति (bad cheddar cheese! , खराब अमरीकी पनीर की तरह से छिद्रमय), कायर प्रकृति का होता है और यही कारण है कि, लोग कहते हैं कि, ओह वह पीला⁸ है! (किसी समय) ये अत्यधिक सामान्य हुआ करता था कि कोई प्रभामंडल को देख सके, और शायद विभिन्न भाषाओं में, इन कहावतों में से अधिकांश, उसी समय में आईं। परंतु, एक खराब पीला रंग, एक खराब व्यक्ति को प्रदर्शित करता है, ऐसा व्यक्ति, जो वास्तव में हर चीज से डरा हुआ है। लाल-सा पीला रंग (redish yellow), तो बिलकुल ही अच्छा नहीं है, क्योंकि ये मानसिक, नैतिक, भौतिक शर्मिलेपन, कायरपन, और इसके साथ ही आध्यात्मिक प्रदर्शन की पूर्ण कमजोरी और सजा को प्रदर्शित करता है। लाल से पीले रंग वाले व्यक्ति, एक धर्म से दूसरे धर्म को बदलते रहते हैं, हमेशा कुछ, जो पाँच मिनट में प्राप्त नहीं किया जा सकता, प्राप्त करने की कोशिश करते हैं। वे शक्ति के साथ रुकने में कमजोर होते हैं, वे किसी चीज के साथ कुछ क्षणों से अधिक टिक नहीं सकते। एक व्यक्ति, जो लाल-पीले रंग और भूरे लाल रंग को अपने प्रभामंडल में रखता है, हमेशा विपरीत लिंग के पीछे पड़ा रहता है—और कहीं नहीं पहुँच पाता। यह ध्यान देने लायक

⁸अनुवादक की टिप्पणी : हिन्दी कहावत “भय से पीला पड़ना” यही सूचित करती है।

है कि यदि व्यक्ति के, लाल (अथवा अदरक के रंग के) बाल हैं और उसके प्रभामंडल में लाल-पीला सा रंग है, तो वह व्यक्ति अक्सर झगड़ालू (pugnacious), बहुत ही आक्रामक और किसी भी खराब टिप्पणी को करने वाला होगा। ये विशेषरूप से, शायद चितकबरी त्वचा वाले, उन लोगों को बताता है, जिनके बाल लाल, और लाल से हों। लाल से पीले रंगों में से कुछ, उस व्यक्ति को बताते हैं, जिसमें विशेषरूप से हीनता (inferiority) की भावना हो। पीले में, लाल जितना अधिक लाल होता है, हीनता की भावना उतनी ही अधिक होती है। एक भूरा सा पीला (brownish-yellow), वास्तव में काफी अशुद्ध विचारों और आध्यात्मिक विकास के निम्नस्तर को दिखाता है। सम्भवतः अधिकांश लोग, स्किड रो (Skid-Row)⁹ के बारे में जानते होंगे, जिसमें सभी शराबी, जीवन से उकताये हुए, आवारा, अपराधी अन्ततः आ टपकते हैं। इस श्रेणी के लोगों अथवा हालातों में से अनेक लोगों के, लाल, भूरे, पीले रंग होते हैं, और यदि वे विशेषरूप से खराब हों, उनके प्रभामंडल में नीबू के हरे से चकत्ते के असुखद रंग होते हैं। वे अपनी मूर्खताओं से मुश्किल से ही बचाए जा सकते हैं।

एक भूरा-पीला, अशुद्ध विचारों को इंगित करता है और यह भी इंगित करता है कि, संबंधित व्यक्ति, हमेशा ठीक नहीं रहता और अपने मार्ग पर नहीं टिकता। स्वास्थ्य की दिशा में, एक हरा-पीला (greenish-yellow) रंग, यकृत की शिकायतों को बताता है। जैसे ही हरा-पीला रंग, भूरे लाल-पीले की ओर झुकता है, यह प्रदर्शित करता है कि, शिकायतें अधिकांशतः सामाजिक बीमारियों की प्रकृति की हैं। सामाजिक बीमारियों वाला एक व्यक्ति, स्पष्टरूप से, अपने कूल्हे के आसपास, गहरे भूरे, गहरे पीले रंग की पट्टियाँ रखता है। ये बहुधा, लाल धूल जैसा धब्बेदार दिखाई देता है। भूरा, जैसे-जैसे पीले की तरफ बढ़ता है, और संभवतः टूटी हुई पट्टी को दिखाता है, ये मानसिक बीमारियों को इंगित करता है। एक व्यक्ति, जिसका व्यक्तित्व दोहरा (मनोविति संबंधी आशय में) है, बहुधा आधा प्रभामण्डल नीले से पीले रंग का, और दूसरा आधा भूरे सा या हरे से पीले रंग का, प्रदर्शित करता है। ये पूरी तरह अप्रसन्न करने वाला संयोग है।

शुद्ध स्वर्णिम पीले को (pure golden-yellow), जिसे हमने यहाँ "पीले" शीर्षक के अन्तर्गत बताया है, सदैव ही बढ़ाने का प्रयास करना चाहिए। यह किसी के विचारों और इरादों को शुद्ध रखने पर ही प्राप्त किया जा सकता है। उन्नयन के मार्ग पर काफी आगे बढ़ने से पहले, चटकदार पीले से होकर जाना होता है।

हरा स्वास्थ्य, शिक्षा और शारीरिक उन्नति का रंग है। महान डॉक्टर और शल्य चिकित्सक, अपने प्रभामण्डल में काफी हरा रंग रखते हैं; उनके प्रभामण्डल में काफी लाल भी होता है और, ये दोनों रंग, काफी उत्सुकता के साथ, सामंजस्यता पूर्वक, एक-दूसरे के साथ घूलमिल जाते हैं और उनके बीच में कोई वैषम्य (discord) नहीं होता। जब पदार्थों में, लाल और हरे, साथ-साथ देखें जाए, बहुधा झगड़ा और हमला (clash and offend) करते हैं, परन्तु जब वे प्रभामण्डल में देखे जाते हैं, वे प्रसन्नता प्रदान करते हैं। एक अच्छे लाल रंग के साथ हरा,, एक प्रखर शल्य चिकित्सक, एक बहुत ही अच्छा दक्ष आदमी होना इंगित करता है। लाल के बिना अकेला हरा, एक अग्रग्रन्थ चिकित्सक, वह जो अपने काम को जानता है या ये एक परिचारक (male nurse) या परिचारिका (nurse) भी हो सकती हैं, जिसके लिए प्रेम, उसका धंधा (vocation) और भविष्य (career) भी हो सकता है, होना बताता है। ठीक नीले रंग के साथ मिला हुआ हरा रंग, अध्यापन में सफलता इंगित पैदा करता है। महान शिक्षकों में से कुछ के प्रभामण्डलों और पट्टियों में, हरा रंग, अथवा घूमती हुई नीले रंग की धारियाँ, जो विद्युतीय नीले (electric blue) रंग का ही एक प्रकार है, पायी गयी हैं, और बहुधा नीले और हरे की बीच स्वर्णिम पीले रंग की पतली धारियाँ होती हैं, जो सूचित करती हैं कि, शिक्षक ऐसा होता है, जिसके

⁹अनुवादक की टिप्पणी : स्किड रो (skid row), अमरीका के लॉस एंजलिस शहर का, लगभग 18000 की आबादी वाला, अंदरूनी हिस्सा (down town) है, जहाँ तीन से छे हजार, बेघर, अमरीकी आबादी रहती है।

दिल में विद्यार्थियों की भलाई रहती है और जिसमें सबसे अच्छे विषयों को पढ़ाने के लिये, आध्यात्मिक दृष्टि आवश्यक होती है।

वे सभी, जो आदमियों और जानवरों के स्वास्थ्य से संबंधित हैं, अपने प्रभामण्डल की रचना में काफी हरा रंग रखते हैं। (भले ही) वे उच्चश्रेणी के शल्य चिकित्सक या चिकित्सक नहीं भी हों, परन्तु सभी लोग, कोई बात नहीं वे क्या हैं, यदि वे आदमियों, जानवरों अथवा वनस्पतियों के स्वास्थ्य से व्यवहार कर रहे हैं, तब इन सब के प्रभामण्डल में हरे रंग की कम से कम एक निश्चित मात्रा होनी चाहिए। ये अधिकांशतः उनके कार्य के प्रमाण के रूप में देखा जा सकता है। यद्यपि हरा रंग, वर्चस्व रखने वाला नहीं होता। ये लगभग हमेशा दूसरे रंग के प्रति अधीनता प्रदर्शित करता है। ये एक सहायक रंग है और ये सूचित करता है कि वह, जिसके प्रभामण्डल में काफी हरा रंग हो, करुणापूर्ण, सहयोगी प्रकृति का, मित्रतापूर्ण व्यवहार करने वाला होता है। यदि व्यक्ति के प्रभामण्डल में, किसी भी भौति पीले-हरे जैसा रंग हो, तब उस आदमी का विश्वास नहीं किया जा सकता, और असुखद पीले का जितना ज्यादा रंग, असुखद हरे के साथ मिश्रित होगा, वह व्यक्ति उतना ही अधिक अविश्वसनीय और अयथार्थ होगा। विश्वास तोड़ने वाले, कपटी, अपने प्रभामण्डल में पीले जैसा हरा रंग रखते हैं, जो बोलचाल में मधुर, परन्तु पैसे के मामले में ठग और धोखेबाज होते हैं। इनमें एकप्रकार का नीबू जैसा हरा रंग, जिसमें पीला मिला हो, होता है। जैसे ही हरा पीले की तरफ बदलता है—सामान्यतः एक सुखद आसमानी नीला या विद्युत नीला—वह व्यक्ति, उतना ही अधिक विश्वास योग्य होता है।

नीला इस रंग को अधिकतर आत्मा के क्षेत्र में संदर्भित किया जाता है। ये आध्यात्मिकता के साथ-साथ, बौद्धिक क्षमताओं को प्रदर्शित करता है परन्तु वास्तव में, इसे नीले की एक सही धाप होना चाहिए। उचित धाप के साथ, वास्तव में, यह बहुत ही सहयोगी रंग है। ईथरिक एक नीले से रंग का एक नीला, जो लगभग बिना सूंती हुई सिगरेट के धुएँ जैसा, या जली हुई लकड़ी के नीले रंग जैसा रंग होता था। नीला रंग, जितना ज्यादा चटक होगा, वह व्यक्ति उतना ही ज्यादा स्वस्थ और सक्रिय होगा। हल्का नीला, उस व्यक्ति का होता है, जो अनिश्चय की स्थिति में रहता है, डगमगाता है और अपना स्थिर विचार नहीं बना पाता, एक व्यक्ति, जिससे सही निर्णय लिवाने के लिये, उसको धकियाना पड़ता है। गहरा नीला रंग, उस व्यक्ति का होता है, जो उन्नति करता है, वह व्यक्ति, जो प्रयास करता है। यदि नीला गहरा भी है तो यह दिखाता है कि वह व्यक्ति, जीवन के कार्यों में रुचि लेता है और उनमें कुछ संतुष्टि पाता है। इसप्रकार के गहरे नीले रंग, बहुधा मिशनरी लोगों के पाये जाते हैं, जो इसलिये मिशनरी बने कि उन्हें निश्चतरूप से ऐसा होने के लिए एक "पुकार" आई। ये उन मिशनरियों में नहीं पाया जाता, जो शायद, केवल विश्व में यात्राएँ, जिनके खर्च भुगताए गए हों, करने के लिए ही, इसप्रकार की नौकरियों में आने की इच्छा रखते हैं। कोई भी, किसी के पीले और नीले रंग की गहराई के ऊपर, हमेशा एक व्यक्ति के सम्बंध में निर्णय ले सकता है।

बैंगनी हम बैंगनी को एक वर्ग में, एक ही शीर्षक में, रखने जा रहे हैं क्योंकि, अलक्षितरूप से, एक धाप दूसरे में दिखाई देती है, और ये ऐसा मामला है, जिसमें कोई, दूसरों के ऊपर, पूरी तरह निर्भर रहता है। लोग, जिनके प्रभामण्डल में विशेषरूप से बैंगनी रंग प्रदर्शित होता है, गहरे धार्मिक झुकाव वाले होते हैं, वे नहीं, जो धार्मिक होने का, केवल प्रदर्शन करते हैं। दोनों के अन्दर ये बड़ा फर्क है; कुछ लोग कहते हैं कि वे धार्मिक लोग हैं, कुछ विश्वास करते हैं कि वे धार्मिक हैं, परन्तु जबतक कि कोई व्यक्ति, वास्तविकरूप से, उनके प्रभामण्डल न देख ले, निश्चय के साथ कुछ भी नहीं कह सकता; बैंगनी इसको अंतिमरूप से प्रमाणित करता है। यदि किसी व्यक्ति में, बैंगनी में गुलाबी से रंग का झुकाव हो तो इसप्रकार के प्रभामण्डल वाला व्यक्ति, स्पर्शशील और असुखद होता है, विशेषरूप से उन लोगों के लिए, जो इसप्रकार के व्यक्ति के नियंत्रण में है। बैंगनी में गुलाबी से रंग का मिलान, एक घटाने वाला स्पर्श होता है, ये प्रभामण्डल से उसकी शुद्धता को लूट लेता है। आकस्मिकरूप से,

बैंगनी या जामुनी (purple) के प्रभामण्डल में रखने वाले लोग, हृदय और पेट की बीमारियों से कष्ट पाते हैं। ये उस प्रकार के लोग हैं, जिन्हें तला हुआ भोजन नहीं लेना चाहिये अथवा वसायुक्त खाने का न्यूनतम उपयोग करना चाहिए।

स्लेटी (Grey) रंग, प्रभामण्डल के सभी रंगों को सुधारने वाला होता है। ये स्वयं में कोई चीज नहीं बताता, जबतक कि कोई व्यक्ति, बहुत अधिक उन्नति प्राप्त न हो, तब उसमें स्लेटी रंग की बड़ी पट्टियाँ और धब्बे होंगे, परन्तु आप किसी अविकसित व्यक्ति के शरीर को सामान्यतः नंगा नहीं देखेंगे। स्लेटी, वह रंग है, जो किसी के चरित्र की कमी और स्वास्थ्य की गरीबी को दिखाता है। यदि किसी व्यक्ति के किसी विशिष्ट अंग के ऊपर स्लेटी रंग की पट्टियाँ हों तो वह बताता है कि वह अंग लगभग टूटने की स्थिति में है, अथवा टूट रहा है, और उसके लिए तुरन्त ही चिकित्सीय सलाह लेनी चाहिए। भद्दे धड़कते सिरदर्द वाला एक व्यक्ति, अपने तेजोमण्डल में होकर, धुएँ वाले स्लेटी रंग को प्रदर्शित कर रहा होगा और उससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि प्रभामण्डल का कोई भी रंग, जिसमें से स्लेटी रंग की पट्टियाँ गुजर रही हों समय के साथ घबराहट और सिरदर्द के रूप में प्रकट होगा।

पाठ छह

अब तक यह स्पष्ट हो चुका होगा कि कोई भी चीज, यदि वह है, तो वह कम्पन¹⁰ है। इसप्रकार, सम्पूर्ण अस्तित्व, जिसे भीमकाय कुंजी पटल (key board) कहा जा सकता है, जिसमें हर जगह, वे सारे कम्पन हैं, जो कभी हो सकते हैं। हम कल्पना करें कि ये एक बहुत बड़े पियानो का कुंजी पटल है, जो असीमित मीलों तक फैला हुआ है। हम कल्पना करें, यदि आप चाहते हों, कि हम चींटियाँ हैं, तो हम इसमें से, मात्र कुछ कुंजियाँ ही देख सकते हैं। कम्पन, पियानो की भिन्न-भिन्न कुंजियों से संबंध रखते होंगे। एक स्वर अथवा कुंजी, ऐसे कम्पनों को शामिल करती है, जिन्हें हम “स्पर्श” नाम देते हैं, कम्पन, जो इतने धीमे, इतने “ठोस” हैं कि सुनने या देखने के बजाय, हम उन्हें अनुभव करते हैं। (चित्र पॉच)

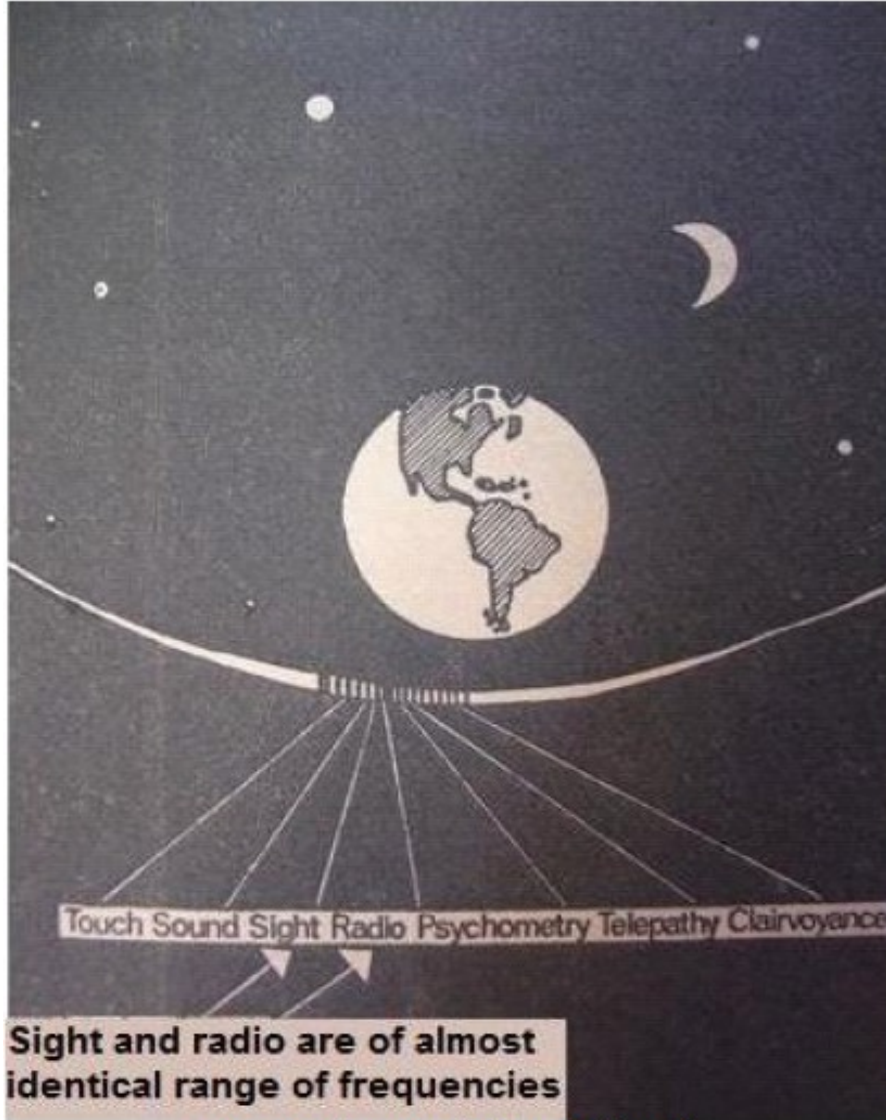
अगला स्वर, ध्वनि होगा अर्थात् यह स्वर, उन कम्पनों को समाहित करता है, जो हमारे कानों की क्रियाओं को सक्रिय करते हैं। उन कम्पनों को, हम अपनी उगुलियों से अनुभव नहीं कर सकते परन्तु हमारे कान बताते हैं कि “ध्वनि” है। हम उस चीज को नहीं सुन सकते, जो महसूस की जा सकती है और उस चीज को महसूस नहीं कर सकते, जो सुनी जा सकती है और इसप्रकार हमने अपने पियानो कुंजी पटल के दो सुरों की चर्चा की।

अगला, दृष्टि होगा। यहाँ फिर, हमारे पास ऐसी आवृत्ति के कम्पन हैं। (अर्थात्, ये इतनी शीघ्रता से कम्पन कर रहे हैं) कि न तो हम उन्हें अनुभव कर सकते हैं और न ही सुन सकते हैं, परन्तु ये हमारी आँखों को प्रभावित करते हैं और हम इसे “दृष्टि” कहते हैं।

इन तीन सुरों का वर्णन करते हुए, कुछ दूसरी वे आवृत्तियाँ, अथवा आवृत्तियों के बंध, जिन्हें हम “रेडियो” कहते हैं, भी है। इससे ऊँचे सुर, दूरानुभूति अतीन्द्रियज्ञान, और शक्तियों की कृपापूर्ण अभिव्यक्तियाँ होती हैं परन्तु, पूरा विचार यह है कि वास्तव में, आवृत्तियों या कम्पनों की इस बड़ी श्रृंखला में से, आदमी एक बहुत छोटी, बहुत ही छोटी, सीमित श्रृंखला को जान सकता है।

तथापि, दृश्य और ध्वनि, एक-दूसरे से काफी नजदीकी से संबंधित हैं। हमारे पास एक रंग है और हम यह कहते हैं कि ये संगीत का स्वर है क्योंकि कुछ खास इलेक्ट्रॉनिकी उपकरण, जो एक विशेष सुर को बजाएँगे बनाये गये हैं, यदि स्कैनर (scanner) के नीचे, एक खास रंग को रखा जाए। यदि आप इसे समझने में मुश्किल पाते हैं, तो इस पर विचार करें; रेडियो तरंगों, जो संगीत, ध्वनि

10अनुवादक की टिप्पणी : सामान्यतः, किसी कण की उसकी मध्यमान स्थिति के दोनों ओर की जाने वाली गति, कम्पन कहलाती है। मूलतः कम्पन दो प्रकार के होते हैं, आवर्ती (harmonic) और अनावर्ती (anharmonic) कम्पन, कम्पन, जिनका आवर्तकाल स्थिर रहता है, वे आवर्ती कम्पन, तथा वे, जिनका आवर्तकाल स्थिर नहीं रहता है, वे अनावर्ती कम्पन, कहलाते हैं। यदि कम्पन करने वाला कण, भैतिकरूप में अस्तित्व में है, अर्थात् उसमें द्रव्यमान है तो वह यांत्रिक प्रकार के कम्पन करता है। ऐसे कम्पन, माध्यम में, तरंगों के रूप में आगे बढ़ते हैं, श्रव्य तथा पराश्रव्य ध्वनि (ultrasonic waves) तरंगों, यांत्रिक (mechanical) प्रकार की होती हैं, इनके संचरण के लिये माध्यम की अनिवार्य आवश्यकता होती है। रेडियो तरंगों, क्ष-किरणों, दृश्य तथा अदृश्य प्रकाश की किरणें आदि, विद्युत चुम्बकीय (electro magnetic) प्रकार की होती हैं। इनका अपना विस्तृत वर्णक्रम है। इनके संचरण के लिये किसी माध्यम की आवश्यकता नहीं होती। इनमें कोई भी भौतिक पदार्थ कम्पन नहीं करता, वरन् इनमें केवल, विद्युत एवं चुम्बकीय क्षेत्रों की तीव्रताओं में नियमित आवर्ती परिवर्तन होते हैं। पदार्थ की दोगली प्रकृति (dual nature) के कारण, एक दूसरी प्रकार की तरंगों, जिन्हें द्रव्य तरंगों (matter waves) कहा जाता है, उत्पन्न होती हैं। इनमें पदार्थ कभी द्रव्य की भाँति, तो कभी तरंगों की भाँति व्यवहार करता है। इनके अतिरिक्त क्वान्टम भौतिकी (Quantum Physics) में एक तरंग फलन (wave function), जो पूर्णतः एक अर्भौतिक विचार है, की कल्पना की जाती है, इससे किसी इलेक्ट्रॉन अथवा किसी मूल कण (fundamental particle) के किसी विशेष स्थिति में पाये जाने की सम्भावना का विचार किया जाता है। स्पष्टतः ऐसे कम्पन और ऐसी तरंगों का कोई भौतिक स्वरूप नहीं होता परन्तु इनके द्वारा प्राप्त गणनात्मक परिणाम वास्तविक होते हैं। इनके अतिरिक्त गुरुत्वीय तरंगों (gravitational waves), लेटिस तरंगों (lattice waves), भूकम्प से उत्पन्न शॉक वेव (shock waves) आदि, भी उत्पन्न होती हैं। वर्तमान में, जब हम बहुआयामी विश्वों और बह्माण्डों की सम्भावनाओं को नहीं नकार पा रहे हैं, तब इस सम्भावना से मना नहीं किया जा सकता कि अन्य प्रकार की तरंगों, जो अभी तक हमें अज्ञात हों, भी अस्तित्व में हों, जिनका प्रकटन आत्मा, मन, विचार आदि के रूप में होता हो। अभी तक विद्युत चुम्बकीय तरंगों की गति, तीन लाख किलोमीटर (अथवा एक लाख छियासी हजार मील) प्रति सैकण्ड, नियत मानी जाती है। सम्भव है, हमें आत्मा, मन, विचार, भावनाओं आदि के रूप में अभी तक अज्ञात तरंगों, प्रकाश तरंगों से अधिक गति से चल सकती हों। शायद, भविष्य में स्थिति स्पष्ट हो सके। सम्भव है, विचार तरंगों (thought waves) के सम्बंध में, निकट भविष्य में कुछ प्रगति हो और मनोवैज्ञानिक अध्ययनों को ठोस वैज्ञानिक आधार मिल सके।



चित्र : 5 सांकेतिक कुंजी पटल

और चित्र भी हैं, हमेशा हमारे आसपास रहती हैं, वे हमारे साथ घर में, जहाँ कहीं भी हम जाएँ, जो कुछ भी हम करें, हम किसी सहायता के बिना, हम इन रेडियो तरंगों को नहीं सुन सकते, परन्तु यदि हमारे पास विशेष युक्ति हो, जिसे हम रेडियो सेट (radio set) कहते हैं, जो तरंगों को धीमा कर देता है, अथवा, यदि आप (कहना) चाहें, रेडियो आवृत्तियों को ध्वनि आवृत्तियों में बदल देता है, तो उस रेडियो प्रसारण को सुन सकते हैं, जो मूलतः प्रसारित किया गया था अथवा दूरदर्शन के चित्रों को देख सकते हैं। ठीक इसी प्रकार, हम ध्वनि को ले सकते हैं और कह सकते हैं कि इसके साथ संगत करने वाला एक रंग होता है, अथवा हमें एक रंग मिल सकता है और कह सकते हैं कि यह विशिष्ट रंग एक संगीत का सुर है। ये, वास्तव में, पूर्व में अच्छी तरह ज्ञात है कि, हम विचार करते हैं कि ये वास्तव में,

किसी की कला के प्रति सराहना को बढ़ाता है, उदाहरण के लिये, यदि कोई किसी पेंटिंग को देखे और एक रस्सी की कल्पना करे, जो इन रंगों का परिणाम होगी, यदि इसे संगीत में बनाया जाए।

हर व्यक्ति, वास्तव में, यह जानता होगा कि मंगल को लाल ग्रह भी कहा जाता है। मंगल, लाल रंग का, लाल के भी एक विशिष्ट धाप (shade) का ग्रह है—मूल लाल—इसका एक संगीत सुर¹¹ है, जो "डो (do)" के समान है।

नारंगी, जो लाल का एक भाग है, "रे (re)" सुर के संगत होता है। कुछ धार्मिक आस्थाएँ कहती हैं कि सूर्य का रंग नारंगी होता है, जब कि दूसरे धर्म इस विचार के हैं कि सूर्य का रंग नीला होना चाहिए। हम यह कहने को प्राथमिकता देते हैं कि हम सूर्य को नारंगी मानते हैं।

पीला रंग "मी (mi)" सुर के संगत होता है और बुध ग्रह पीले रंग का "शासक" है। ये सब वास्तव में, पुरातन पूर्वी धार्मिक विश्वास की ओर वापस जाता है; ठीक वैसे ही, जैसे कि ग्रीक (Greek) लोगों के देवता और देवी होती हैं, जो आकाश में चमकते हुए रथों में दौड़ते हैं, इसीप्रकार पूर्व के लोग भी, अपने धार्मिक विश्वास और किंवदंतियों रखते हैं, परन्तु उन्होंने ग्रहों को, रंगों के साथ जोड़ दिया है, और यह कहा जाता है कि अमुक-अमुक रंग, अमुक-अमुक ग्रह के द्वारा शासित है।

संगीत के पैमाने पर हरा रंग, "फा (fa)" सुर के संगत होता है। ये उन्नति का रंग है, और कुछ लोगों के द्वारा ऐसा कहा जाता है कि, संगीत के उचित सुरों के द्वारा, पौधों को उत्तेजित किया जा सकता है। यद्यपि, इस विशिष्ट मामले में, हमें इसप्रकार का कोई निजी अनुभव नहीं है, हमें एक परम विश्वसनीय स्रोत से इस संबंध में जानकारी मिली है। शनि ग्रह नीले रंग को नियंत्रित करता है। यह कहना दिलचस्प हो सकता है कि पुरातन लोगों ने इन रंगों को अनुभूति से प्राप्त किया। जब उन्होंने किसी निश्चित ग्रह के ऊपर ध्यान केन्द्रित किया, जब वे ध्यानस्थ थे। अनेक पुरातन लोगों ने पृथ्वी के सबसे ऊँचे स्थानों पर, उदाहरण के लिए, हिमालय की ऊँची चोटियों पर ध्यान लगाया, और जब कोई पृथ्वी की सतह से पन्द्रह हजार फुट या ऐसा ही कुछ ऊपर है, जहाँ केवल थोड़ी सी ही हवा बची रहती है, और ग्रहों को अधिक स्पष्टता के साथ देखा जा सकता है, ज्ञान अधिक सूक्ष्म होते हैं। इसप्रकार प्राचीन ऋषियों ने ग्रहों के रंगों के संबंध में नियम बना दिये।

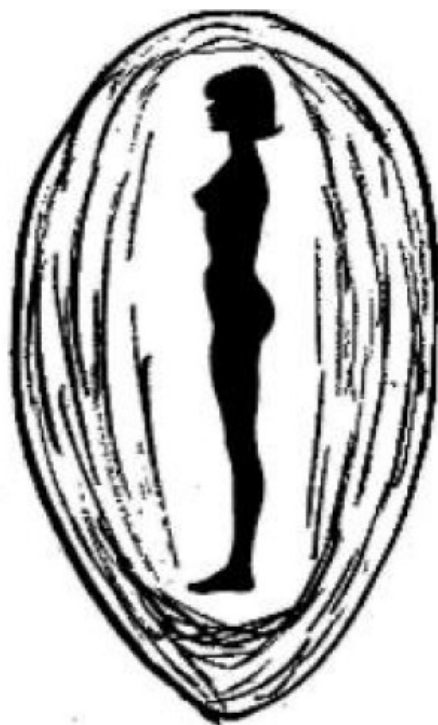
नीला "सो (so)" के सुर से संबंधित है। जैसा हम पहले कह चुके हैं कुछ धर्म नीले रंग को सूर्य का रंग मानते हैं, परन्तु हम पूर्वी परम्पराओं पर चल रहे हैं और हम ये परिकल्पना करते हैं कि नीला रंग गुरु ग्रह के द्वारा नियंत्रित किया जाता है।

बैंगनी, संगीत के पैमाने पर, "ला (la)" से संबंधित है और पूर्व में इसे शुक्र से नियंत्रित कहा जा सकता है। जब शुक्र की शुभ दृष्टि पड़ती है, अर्थात्, जब यह किसी व्यक्ति के ऊपर शुभ प्रभाव डालता है, शुक्र उसमें कलात्मक योग्यताएँ और विचारों की शुद्धता प्रदान करता है। ये अच्छे प्रकार का चरित्र प्रदान करता है। ये केवल तभी है, जबकि ये निम्न कम्पन करने वाले लोगों से संबंधित हो, तब शुक्र विभिन्न अतियों (excesses) को प्रदान करता है। बैंगनी रंग, संगीत के पैमाने के "टी (ti)" सुर के संगत है और यह चन्द्रमा से शासित होता है। यहाँ फिर, यदि किसी व्यक्ति के ऊपर चन्द्रमा की शुभ दृष्टि हो, वह चन्द्रमा अथवा बैंगनी, उसको विचारों की स्पष्टता, आध्यत्मिकता, और नियंत्रित कल्पना प्रदान करता है, परन्तु यदि ये दृष्टियाँ (aspects) क्षीण है तब, वास्तव में, मानसिक विक्लिप्तताएँ (mental disturbances) और "पागलपन (lunacy)" भी प्रदान करता है।

प्रभामण्डल के बाहर एक खोल होता है, जो पूरी तरह से मानवशरीर, ईथरिक, और स्वयं प्रभामण्डल को घेरता है। ये ऐसा है मानो कि, पूरा का पूरा मानवशरीर, जिसके केन्द्र में मानवशरीर है और तब ईथरिक है और तब प्रभामण्डल और ये सब, एक थैले में रखा गया है, कल्पना करें ये ऐसा है;

¹¹अनुवादक की टिप्पणी : संगीत पैमाने (musical scale) में भारतीय पद्धति में सा, रे, ग, म, पा, धा, नी, सा ये सात स्वर हैं, जो पश्चिमी पैमाने पर क्रमशः do, re, mi, fa, so (or sol), la, ti (or si), do के संगत होते हैं।

हमारे पास मुर्गी का एक साधारण सा अण्डा है। इसके अन्दर पीली जरदी (yolk) है, जो भौतिक शरीर के संगत है अर्थात्, पीली जरदी के परे, अण्डे का सफेद भाग है, जो हम कहेंगे कि ईथरिक और प्रभामण्डल को निरूपित करता है। परन्तु तब अण्डे की सफेदी बाहर, सफेद और खोल के बीच में, एक बहुत ही पतली सी खाल है, जो काफी कठोर भी है। जब आप एक अण्डे को उबालते हैं और उसके खोल को तोड़ देते हैं तो इस खाल को छील सकते हैं। मनुष्य का पूरा संयोग, इसीप्रकार का है। ये पूरा, इस खाल जैसे कवच के अन्दर बंद है। ये खाल पूरी तरह से पारदर्शी है और ये कुछ हद तक, प्रभामण्डल के झटकों के प्रभाव से उत्तेजित होती है, परन्तु ये हमेशा अपनी अण्डाकार आकृति को पुनः प्राप्त करने का प्रयास करती है, कुछकुछ वैसे ही, जैसे कि एक गुब्बारा, हमेशा अपनी आकृति को प्राप्त करने का प्रयत्न करता है क्योंकि उसके अन्दर की हवा का दबाव, बाहर की हवा के दबाव से अधिक होता है। आप इसे कल्पना में लाने में सक्षम होंगे, यदि आप शरीर, ईथरिक, और प्रभामण्डल की कल्पना करें, जो एक पतले अण्डाकार सेलोफैन की थैली में रखा हुआ है। (चित्र-6)



चित्र : 6 प्रभा मंडलीय आवरण

जैसा कोई सोचता है, वैसा ही वह, मस्तिष्क से, ईथरिक और प्रभामण्डल के माध्यम से, बाहर और प्रभामण्डलीय त्वचा के ऊपर निकालता है। यहाँ, खोल की बाहरी सतह पर, किसी को विचारों के चित्र मिलते हैं। दूसरे अनेक वैसे ही उदाहरणों में, ये रेडियो अथवा टेलीविजन से संबंधित दूसरा उदाहरण है। टेलीविजन की नली की गर्दन में, जिसे हम "इलेक्ट्रॉन गन (electron gun)" कहते हैं, होती है, जो तेजी से चलते हुए इलेक्ट्रॉनों को, एक स्फुरदीप्ति पर्दे (fluorescent screen), जो देखे जाने वाला पर्दा है, के ऊपर फेकती है—उसका एक भाग आपको दिखता है। जैसे ही ये इलेक्ट्रॉन,

टेलीविजन के पर्दे पर अन्दर की ओर पोते गये, विशिष्ट पदार्थ के ऊपर टकराते हैं, उसमें स्फुरदीप्ति उत्पन्न होती है, अर्थात्, यहाँ प्रकाश का एक बिन्दु होता है, जो थोड़े समय के लिये उभरता है, ताकि आँखें उसकी "अवशिष्ट स्मृति (residual memory)" को हासिल कर सकें, जहाँ का चित्र, प्रकाश का वह बिन्दु था। इसप्रकार अन्ततः मानवीय आँख, पूरे चित्र को दूरदर्शक के पर्दे पर देख लेती है। जैसे-जैसे ट्रांसमीटर पर चित्र बदलते जाते हैं, वैसे-वैसे दूरदर्शक पर्दे पर वे चित्र, जिन्हें आप देखते हैं, भी बदलते हैं। ठीक इसीप्रकार, हमारे ट्रांसमीटर अर्थात्, मस्तिष्क से विचार जाते हैं, और उस प्रभामण्डल के खोल तक पहुँचते हैं। यहाँ विचार टकराते हुए लगते हैं और उन चित्रों को बनाते हैं, जो अतीन्द्रियज्ञानी देख सकता है परन्तु, हम केवल वर्तमान के विचारों को ही, चित्रों में नहीं देखते, हम वह भी देख सकते हैं जो हो चुका है।

कुशल व्यक्ति के लिये, किसी व्यक्ति और प्रभामण्डल के खोल के बाहरी भाग, जिनमें से वह व्यक्ति पिछले दो या तीन जन्मों से संबंधित रहा है, को देखना सरलता से संभव है। दीक्षा प्राप्त न करने वालों को, ये सुनना बहुत ही आश्चर्यजनक हो सकता है परन्तु, तथापि, ये पूरी तरह सही है।

पदार्थ को नष्ट नहीं किया जा सकता है। हर चीज जो है, अभी भी अस्तित्व में है। यदि आप एक ध्वनि उत्पन्न करें तो उस ध्वनि के कम्पन और ऊर्जा, जो यह पैदा करती है—हमेशा के लिए चलती चली जाती है। उदाहरण के लिये, यदि आप सहसा इस लोक से काफी दूर एक ग्रह पर, काफी दूर चले जाएँ, तो आप उन चित्रों को (बशर्ते आपके पास उचित उपकरण हों) देखेंगे, जो कि हजारों हजार साल पहले हुए थे। प्रकाश का एक निश्चित वेग है, और प्रकाश मंदा नहीं पड़ता ताकि, यदि आप, क्षणिकरूप से, पृथ्वी से पर्याप्त दूरी पर हो जाएँ तो आप पृथ्वी की सृष्टि को भी देख सकते हैं, परन्तु हमें ये विचार, विषय से दूर ले जा रहा है। हम यह कहना चाहते हैं कि चेतन के द्वारा नियंत्रित नहीं किये जाने वाला अवचेतन, वर्तमान में चेतन की पहुँच के बाहर के उन चित्रों को प्रक्षिप्त कर सकता है और इसप्रकार अतीन्द्रियज्ञान की अच्छी शक्तियों वाला एक व्यक्ति भी आसानी से देख सकता है कि उसके सामने किस प्रकार का व्यक्ति बैठा है। ये मनोचिकित्सा की आगे बढ़ी हुई शकल है, वह है, जिसे हम "दर्शनात्मक मनोमापन (visual psychometry)" कह सकते हैं। हम मनोमापन के बारे में बाद में विचार करेंगे।

हर व्यक्ति, अपने ज्ञान और संवेदनशीलता के आधार पर, प्रभामण्डल का अनुभव कर सकता है, यद्यपि वे वास्तव में, इसे नहीं देखते। आप कितनी बार, किसी व्यक्ति के द्वारा, क्षणिकरूप से, आकर्षित अथवा क्षणिकरूप से, विकर्षित किये गये हैं, जबकि आप उससे बोले तक नहीं है? अवचेतन द्वारा प्रभामण्डल का अवलोकन, किसी की पसन्द अथवा नापसन्द की व्याख्या कर देता है। (पहले) सभी व्यक्ति, प्रभामण्डल को देखने में सक्षम हुआ करते थे परन्तु विभिन्न प्रकार की बुराइयों के माध्यम से, उन्होंने इस शक्ति को खो दिया। अगली कुछ शताब्दियों के मध्य, लोग फिर से दूरानुभूति, अतीन्द्रिय ज्ञान इत्यादि को प्राप्त करने के लिये सक्षम होने वाले हैं।

पसंद और नापसंद के मामलों में हम और आगे बढ़ें; प्रत्येक प्रभामण्डल अनेक रंगों से और अनेक रंगों की अनेक पट्टियों से बना हुआ होता है। इससे पहले कि दो लोग आपस में एक दूसरे को समझ सकें, ये आवश्यक है कि उनके रंग और पट्टियाँ, एक दूसरे के साथ मेल खायें। बहुधा यह वह मामला है, जिसमें एक पति और पत्नी, एक या दो दिशाओं में, एक दूसरे के काफी अनुकूल और दूसरी दिशाओं में, पूरी तरह से एक दूसरे के विरुद्ध होंगे। ऐसा इसलिए है, क्योंकि प्रभामण्डल की विशेष तरंगों, साथी की उन तरंगों को, केवल कुछ निश्चित बिन्दुओं पर और उन बिन्दुओं पर, जहाँ पर, एक दूसरे के साथ पूरी सहमति और अनुकूलता होती है, स्पर्श करती हैं। उदाहरण के लिए, हम कहते हैं कि दो लोग, एक दूसरे से ध्रुवों की दूरी पर हैं, और निश्चितरूप से ये मामला है, जबकि वे एक दूसरे के प्रतिकूल होते हैं। यदि आप प्राथमिकता दें, आप समझ सकते हैं कि लोग, जो एक दूसरे के अनुकूल हैं, उनके

प्रभामंडल रंगों में घुलमिल जाते हैं और साम्य बनाते हैं, जबकि जो एक दूसरे के अनुकूल नहीं हैं, उनमें ऐसे रंग होते हैं, जो झगड़ते हैं और जिन को देखना, वास्तव में, दुखदाई होता है।

लोग कई प्रकार के होते हैं। वे सामान्य आवृत्तियों के होते हैं। सामान्य प्रवृत्ति के लोग शरीर के आसपास घूमते हैं। आपको, एक दूसरे के साथ-साथ जाती हुई लड़कियों का एक भरापूरा झुण्ड, अथवा गली के कोनों पर, गिरोह बनाते हुए नौजवान लड़कों का पूरा समूह, मिल सकता है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि ये सभी लोग, सामान्य आवृत्ति अथवा सामान्य प्रभामंडल प्रकार के होते हैं, वे एक दूसरे के ऊपर निर्भर करते हैं। उनमें आपस में, एक दूसरे के प्रति, चुंबकीय आकर्षण होता है, और उनमें से सबसे अधिक शक्तिशाली व्यक्ति, समूह के ऊपर वर्चस्व बनाता है और उनको सही या गलत के लिए प्रभावित करता है। नौजवान व्यक्तियों को अनुशासन सिखाया जाना चाहिए और स्व-अनुशासन के द्वारा, उनको अपने मूलभूत आवेगों पर नियंत्रण करना आना चाहिए ताकि पूरी की पूरी प्रजाति का सुधार हो सके।

जैसा पूर्व में कहा गया है, मानव अण्डाकार खोल के अंदर-प्रभामंडल के केन्द्र में, केन्द्रित होता है और ये अधिकांश लोगों के लिए, औसत लोगों के लिए, स्वस्थ लोगों के लिए, सामान्य स्थिति है। जब किसी व्यक्ति में मानसिक बीमारी होती है, वह ठीक से केन्द्र में नहीं हो सकता। अनेक लोग कहते हैं "मैं आज अपने आपको, खुद से बाहर महसूस कर रहा हूँ।" ये मामला ठीक हो सकता है, एक व्यक्ति अंडाकार आकृति में से, कुछ कोण पर, बाहर निकलता हुआ हो सकता है। व्यक्ति, जो दोहरे व्यक्तित्व वाले होते हैं, सामान्य लोगों से पूरी तरह अलग होते हैं। उनका आधा प्रभामंडल एक रंग का और दूसरा आधा पूरी तरह से दूसरे रंग और प्रादर्श का हो सकता है। वे, हो सकता है-यदि उनके दोहरे व्यक्तित्व पर ध्यान दिया जाए-एक प्रभामंडल होता है, जो ठीक, अंडाकार नहीं होता, बल्कि दो अंडों से मिला हुआ, जो एक दूसरे के साथ कुछ कोण पर जुड़े हों, बना होता है। मस्तिष्क की बीमारियों को इतना हल्के से नहीं लिया जाना चाहिए। विद्युत का झटका देने वाला इलाज, एक काफी खतरनाक चीज हो सकता है क्योंकि ये सूक्ष्मशरीर (हम इसके बारे में बाद में चर्चा करेंगे) को ठीक शरीर से बाहर जाने के लिए निकाल सकता है परंतु मुख्यरूप से, बिजली के झटके का इलाज, इस तरह बनाया गया है कि वह दोनों "अंडों" को (चेतन अथवा अचेतनरूप से!) हिलाकर, एक में मिला देता है। बहुधा ये मस्तिष्क के नोरल प्रादर्श (neural pattern) को "जला देता" है।

हम कुछ निश्चित संभावनाओं के साथ, रंगों के मामले में प्रभामंडलों की निश्चित सीमाओं के साथ, अपने कंपनों की आवृत्तियों, और दूसरी चीजों के साथ पैदा हुए हैं, और इसप्रकार, एक दृढ़निश्चयी, नेक इरादे वाले व्यक्ति के लिए, अपने प्रभामंडल को सुधारते हुए बदल लेना संभव है। दुःख के साथ (मानें कि), इसे खराब करने के लिये बदलना, अत्यधिक आसान है! सुकरात, एक उदाहरण लें, जानता था कि वह एक बड़ा हत्यारा होगा, परंतु वह अपने भाग्य की इस मार को झेलने के लिए तैयार नहीं था और उसने, अपने जीवन के मार्ग को बदलने के लिए, कदम उठाए। एक हत्यारा होने की बजाए, सुकरात अपने काल का सबसे अधिक विद्वान व्यक्ति हुआ। यदि हम होना चाहें, हम सभी हो सकते हैं, अपने विचारों को ऊँचे स्तर तक उठाएँ और इसप्रकार अपने प्रभामंडल की मदद करें। भूरे प्रभामंडल में दलदली लाल रंग वाला एक व्यक्ति, जो अत्यधिक यौन प्रवृत्ति को प्रदर्शित करता है, अपनी यौन इच्छाओं को शोधित या निर्मल करते हुए, लाल कंपनों की आवृत्ति को बढ़ा सकता है और तब वह, अत्यधिक संरचनात्मक इच्छा वाला व्यक्ति, होगा एक वह, जो जीवन में होकर, अपना रास्ता स्वयं बनाता है।

मृत्यु के तुरंत बाद प्रभामंडल गायब हो जाता है, परंतु ईथरिक काफी लंबे समय तक जारी रह सकता है, ये उसे पहले धारण करने वाले व्यक्ति के स्वास्थ्य की दशा के ऊपर निर्भर करता है। ईथरिक, विचारहीन प्रेत हो सकता है, जो संवेदनहीन कार्यों को, परेशान करने को, जारी रख सकता है। देहात के जिलों में, अनेक लोगों ने, उन लोगों की कब्रों के ऊपर, जो अभी ताजे दफनाये गए हैं, नीले

से रंग की, एक चमक देखी होगी। ये चमक, विशेषरूप से रात में, ध्यान देने योग्य होती है। जो वास्तव में, सड़ते हुए शरीर में से, ईथरिक के धीमे-धीमे समाप्त होने की होती है।

प्रभामंडल में, निम्न कंपन, धुंधले, दलदली रंगों को प्रदान करते हैं, वे रंग, जो आकर्षण की बजाय मिचली पैदा करते हैं। ऊँचे लोगों के कंपन, शुद्ध, और शुद्ध, हो जाते हैं और प्रभामंडल के और अधिक चमकीले रंग बनाते हैं, भड़कीले ढंग से चमकीले नहीं, परंतु सबसे अच्छे, आध्यात्मिक तरीके से। कोई केवल यह कह सकता है कि शुद्ध रंग प्रसन्नता दायक होते हैं, जबकि गंदले रंग अप्रिय होते हैं। एक अच्छा कार्य, प्रभामंडल के रंगों को चमकाते हुए, किसी के चेहरे को चमकीला बनाता है। कोई बुरा कार्य, हमको नीला दिखता हुआ महसूस कराता है अथवा हमको काली मनःस्थिति में रखता है। अच्छे कार्य-दूसरों की मदद करना-हमको "गुलाबी चश्मा चढ़ी आँखों से (rose tinted spectacles)," दुनियाँ दिखाता है।

दिमाग में लगातार ये बनाए रखना आवश्यक है कि रंग, किसी व्यक्ति की संभावनाओं को बताने के लिए, प्रमुख निर्देशक होते हैं। वास्तव में, किसी के मनःस्थिति के अनुसार रंग बदलते हैं, परंतु मूल रंग, जबतक कि व्यक्ति अपने चरित्र में सुधार न करे (या पतित न हो), नहीं बदलते। आप ऐसा समझ सकते हैं कि मूल रंग वैसे ही रहते हैं, परंतु क्षणिक रंग कंपन करते हैं और मनःस्थिति के अनुसार बदलते रहते हैं। जब आप किसी व्यक्ति के प्रभामंडल के रंगों को देख रहे हैं तो आपको जानना चाहिए :-

1. कौन सा रंग है ?
2. क्या यह साफ अथवा गंदला है, मैं कितने स्पष्टरूप से, इसमें होकर देख सकता हूँ ?
3. क्या यह कुछ निश्चित क्षेत्रों के ऊपर घूमता, मंडराता है, अथवा किसी निश्चित स्थान पर लगभग स्थाईरूप से स्थित है ?
4. क्या यह रंगों की लगातार धारियों का बंध है, जो अपनी आकृति और शक्ल को बनाए रखता है, अथवा क्या यह कंपन करता है और इसमें तीखी चोटियाँ और गहरी घाटियाँ हैं ?
5. हमें ये भी सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि हम पूर्वाग्रह से, किसी व्यक्ति का निर्णय नहीं कर रहे हैं क्योंकि ये किसी प्रभामंडल को देखने का, बहुत साधारण मामला है और मान लो कि हम एक गंदले रंग को देखते हैं, जबकि वास्तव में, यह बिलकुल भी गंदला नहीं है। ये हमारा खुद का गलत विचार हो सकता है, जो किसी रंग को गंदला समझता है, क्योंकि ध्यान रखें, किसी दूसरे व्यक्ति के प्रभामंडल को देखने से पहले, हमें अपने प्रभामंडल को देखना चाहिए!

संगीत और विचारों की लय में संबंध होता है। मनुष्य का मस्तिष्क कंपनों का समूह है, जिसके हर भाग से विद्युतीय आवेग विकरित होते रहते हैं। एक व्यक्ति, अपने कंपनों की दर पर निर्भर करते हुए संगीत का सुर निकालता है। ठीक वैसे ही, जैसे कि एक व्यक्ति, मधुमक्खी के छत्ते के पास जाए और पूरे समूह की गुंजन को सुने, दूसरे प्राणी आदमियों को सुनते हैं। हर व्यक्ति का अपना खुद का, एक मूल स्वर होता है, जो लगातार विकरित किया जाता है, ठीक वैसे ही तरीके से, जैसे कि टेलीफोन के तार, हवा में एक सुर को निकालते हैं। और आगे, लोकप्रिय संगीत ऐसा होता है कि ये मस्तिष्क तरंगों को बनाने में, लय-ताल में होता है। ये शरीर के कंपनों के संभागी स्वरों के साथ लय-ताल में है। आपको एक लोकप्रिय धुन मिल सकती है, जो हरेक को झूमने के लिए और उस पर सीटी बजाने के लिए बाध्य कर सकती है। लोग कहते हैं कि उनके पास "अमुक-अमुक लय" है, जो लगातार उनके मस्तिष्क में चल रही है। लोकप्रिय धुनें वे होती हैं, जो एक निश्चित समय के लिए, इससे पहले कि उनकी ऊर्जा बिखर जाए, मनुष्य की मस्तिष्क तरंगों में घुस जाती हैं।

शास्त्रीय संगीत (classical music), एक अधिक स्थाई प्रकार का होता है। ये वह संगीत है, जो शास्त्रीय संगीत के साथ, आनंददायक रूप से, हमारी श्रवण तरंगों (auditory waves) को सहानुभूति में, लयताल में, कंपित करता है। यदि किसी देश के नेता अपने अनुयायियों को उत्तेजित करना चाहते हैं, तो उन्हें एक विशेष प्रकार का संगीत, जिसे राष्ट्रगान कहा जाता है, बनाना पड़ता है या बना चुके होते हैं। कोई राष्ट्रगान को सुनता है और उस प्रकार की भावनाओं से भर जाता है, तब वह सीधा खड़ा होता है और वह देश के बारे में दयापूर्ण विचार करता है, या, दूसरे देशों के बारे में भयंकर तीव्र विचार करता है। ये मात्र इस कारण से है कि कंपन, जिन्हें हम ध्वनि कहते हैं, हमारे मानसिक कंपनों को, एक निश्चित तरीके से, प्रतिक्रिया करने के लिए बाध्य करते हैं। इस प्रकार, एक मानवीय जीवन की कुछ निश्चित प्रतिक्रियाओं में, कुछ विशेष प्रकार के संगीत उस आदमी को सुनाते हुए, "पहले से आदेश" देना सम्भव है।

गहराई से सोचने वाला एक व्यक्ति, कोई वह, जिसकी मस्तिष्क तरंगों की आकृति में, ऊँचे शिखर और गहरी रिक्तियाँ (high peaks and hollows) होती हैं, उसी प्रकार के संगीत, अर्थात्, ऊँचे शिखर और गहरी रिक्तियों वाली तरंगाकृति को पसंद करता है, परंतु एक बिखरे हुए मस्तिष्क वाला व्यक्ति, एक बिखरे हुए मस्तिष्क संगीत (brain music), संगीत, जो कमोवेश एक ठनकता हुआ और चार्ट पर, कमोवेश, एक घुमावदार छोटी रेखा मात्र से, ठीक से निरूपित किया जाता है, को सुनना पसंद करता है।

महानतम संगीतकारों में से अनेक वे हैं, जिन्होंने चेतन या अचेतनरूप से, सूक्ष्मशरीर से यात्रायें की हैं, और वे मृत्यु के परे, दूसरी सत्ता (realm) में जाते हैं। वहाँ वे "विभिन्न क्षेत्रों के संगीतों (the music of the spheres)" को सुनते हैं। संगीतकार होने के नाते, ये "स्वर्गिक संगीत (heavenly music)" उन पर गहरा प्रभाव डालता है, ये उनकी स्मरणशक्ति में चिपक जाता है, ताकि जब वे वापस पृथ्वी पर लौटते हैं, वे तुरंत ही "सुर-रचना की मनःस्थिति (composing mood)" में होते हैं। वे संगीत के उपकरण की ओर अथवा कागज पर लाइन बनाने के लिए, और तुरंत ही उसे लिख देने के लिए, भागते हैं, जहाँ तक वे, संगीत के संकेतों को, जो उन्होंने सुने अपने सूक्ष्मशरीर में याद करते हैं। तब वे—अच्छी तरह याद नहीं रखते हुए—कहते हैं कि उन्होंने इस अथवा उस कार्य की रचना की!

अवचेतन मन में विज्ञापन (subliminal adversinging) करने का, एक शैतानी (diabolic) तरीका है, जिसमें विज्ञापित किया जाने वाला संदेश, चेतन आँखों को दिखाई देने के लिए, टेलीविजन के परदे पर, अत्यधिक तेजी से, थोड़े समय के लिए उभरता है, वह किसी की अर्द्धचेतन अवस्था में अपनी भूमिका अदा करता है, जबकि वह चेतन अवस्था में टकराव नहीं करता। अवचेतन, इस अवस्था में, उस तरंग प्रादर्श के प्रभाव के उस पर पहुँचने के साथ, झटके से सचेत हो जाता है, और अवचेतन, संपूर्ण का 9/10 भाग होने के कारण, अंत में चेतन मन को बाहर जाने के लिए और उस चीज को खरीदने के लिए, जो विज्ञापित की गई थी, उकसाता है, यद्यपि चेतनरूप से, संबंधित व्यक्ति जानता है कि, वह तो ऐसी चीज की इच्छा भी नहीं रखता है। व्यक्तियों का, जैसे कि देश के नेताओं का, एक अनैतिक समूह (unscrupulous group), जिनके दिल में, वास्तव में, जनता का भला बिलकुल नहीं है, लोगों के अचेतन मन पर आदेश देकर, इसतरह के विज्ञापन पर प्रतिक्रिया देने के लिए बाध्य करते हैं।

पाठ सात

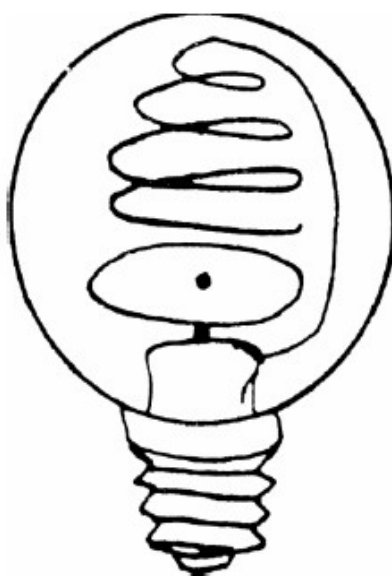
यह एक काफी छोटा परंतु काफी महत्वपूर्ण पाठ है। यह सुझाव दिया जाता है कि इस विशेष पाठ को, आप वास्तव में, अधिक-से-अधिक ध्यान के साथ पढ़ें।

अनेक लोग प्रभामंडल को देखने के प्रयास में अधीर होते हैं, वे छपे हुए पेजों में से देखते हुए, कुछ लिखित निर्देशों को पढ़ने की आशा करते हैं और प्रभामंडलों को अपनी चौंधियाती हुई आँखों के सामने संजाये हुए देखते हैं। ये उस प्रकार का, उतना आसान काम नहीं है! महान संतों (स्वामियों) में से अनेक, प्रभामंडल को देखने में सक्षम होने से पहले, लगभग पूरा जीवन इस काम में लगा देते हैं, परंतु हम इसकी पुष्टि करते हैं कि, बशर्ते एक व्यक्ति गंभीर हो और लगातार चेतनरूप से अभ्यास करे, तो अधिकांश लोगों के द्वारा प्रभामंडल को देखा जा सकता है। ये कहा गया है कि अधिकांश लोगों को सम्मोहित किया जा सकता है; ठीक उसी तरीके से, अभ्यास के द्वारा, और उस "अभ्यास" का वास्तव में, अर्थ है, गंभीरता, अधिकांश लोग, प्रभामंडल को देख सकते हैं।

इसके ऊपर बार-बार जोर दिया जाना चाहिए कि यदि कोई सबसे अच्छे ढंग से प्रभामंडल को देखना चाहता है तो उसे एक नंगे शरीर के ऊपर देखना चाहिए, क्योंकि कपड़ों के द्वारा, प्रभामंडल काफी हद तक प्रभावित होता है। उदाहरण के लिए मान लो कोई व्यक्ति कहता है "ओह! मैं हर चीज को एकदम ताजा धुला हुआ पहनूंगा तो ये प्रभामंडल के साथ किसी प्रकार का हस्तक्षेप नहीं करेगी!" ठीक है, कपड़ों का कुछ भाग, सभी संभावनाओं के साथ, लाउन्ड्री में किसी व्यक्ति के द्वारा, हाथों से धोया गया है। धुलाई का काम नीरस, एक ही तरह का होता है और जो इसमें आदमी लगाए जाते हैं, सामान्यतः, अपने मामलों को इन पर परावर्तित कर देते हैं। दूसरे शब्दों में, वे "अपने आपसे बाहर (out of themselves)" होते हैं और जब वे, यांत्रिक तरीके से, कपड़ों की तह करते हैं, कपड़ों को छूते हैं, उनके विचार काम पर नहीं होते, परंतु अपने खुद के निजी मामलों में होते हैं। इस प्रकार उनके खुद के प्रभामंडल से कुछ प्रभाव, कपड़ों में अंदर प्रवेश कर जाते हैं, और तब, जब आप उन कपड़ों को पहनते हैं और खुद को देखते हैं तो आप पाते हैं कि, किसी दूसरे के प्रभाव भी वहाँ शामिल हैं। (इस पर) विश्वास करना मुश्किल है? इसे इस तरह देखें; आपके पास एक चुंबक है और आप उस चुंबक को काफी अलसाए तरीके से, एक छोटे चाकू (pen knife) से छू देते हैं। बाद में आप देखते हैं कि छोटे चाकू ने, चुंबक के प्रभामंडलीय प्रभावों को पकड़ लिया है। आदमियों में भी, ज्यादातर इसी तरह से होता है, कोई किसी के कंपनों को पकड़ सकता है। एक औरत एक प्रदर्शन (show) के लिए जा सकती है, किसी अजनबी के बगल में बैठती है, और उसके बाद वह कह सकती है, "ओह, मुझे नहाना चाहिए! मैं उस आदमी के इतने पड़ोस में बैठने पर, अपने आपको दूषित अनुभव कर रही हूँ!"

यदि आप प्रभामंडल को, उसके सभी रंगों के साथ, सही देखना चाहते हैं तो आपको एक नग्न शरीर को देखना चाहिए। यदि आप किसी मादा शरीर को देखें तो आप पाएंगे कि (प्रभामंडल के रंग) अधिक साफ हैं। हम इसे, वास्तव में, कहने से नफरत करते हैं, परंतु अक्सर, मादा शरीर के साथ, ये रंग अधिक शक्तिशाली—यदि आप कहना चाहें, अधिक कठोर—होते हैं परंतु फिर भी, वे शक्तिशाली और देखने में आसान होते हैं। हम में से कुछ बाहर जाना, और एक ऐसी औरत को दूढ़ना, जो अपने कपड़ों को बिना किसी आपत्ति के उतार देगी, मुश्किल पा सकते हैं। इसलिए परिवर्तन के लिए, हम ऐसा क्यों न करें कि, अपने स्वयं के शरीर को देखें? इस के लिए, आपको अकेला होना चाहिए, उदाहरण के लिए स्नानगृह में, आप अपनी निजता में अकेले होने चाहिए। सुनिश्चित करें कि स्नानगृह में हल्का, सादा प्रकाश हो। यदि आप पायें कि रोशनी अधिक तेज है—तो इसे निश्चितरूप से, धीमा किया जाना चाहिए—प्रकाश के स्रोत के नजदीक एक तौलिया लटकायें ताकि जब वहाँ रोशनी हो तो, वह काफी हलकी हो। यहाँ पर एक चेतावनी; ये सुनिश्चित करें कि तौलिया, लैंप के इतना अधिक पास न हो कि

यह सुलगने लगे और आग पकड़ ले; आप अपने घर को जलाने की कोशिश नहीं कर रहे हैं, परंतु प्रकाश को घटाने की कोशिश कर रहे हैं। यदि आप ऑसग्लिम लैंपों (osglim) में से एक पा सकें, जो (इतनी अधिक) धारा का उपयोग नहीं करता, जो कि मीटर पर पढ़ी जा सके, तब आप पायेंगे कि ये वास्तव में, अत्यधिक उपयुक्त है। ऑसग्लिम लैंप, काँच के साफ बल्ब से बना होता है। काँच के अंदर से, बल्ब में, एक छोटी छड़ होती है, जिसमें एक गोल वृत्ताकार प्लेट जुड़ी रहती है। एक दूसरी छड़ काँच में से बाहर निकलती है और लगभग बल्ब के ऊपरी सिरे तक जाती है और इससे एक काफी मोटे तार का, स्प्रिंग जैसा मोटा तार जुड़ा रहता है। जब इस प्रकार का लैंप, किसी लैंप सॉकेट में लगाया जाता है और जलाया जाता है, तो यह लाल से प्रकाश के साथ जलता है। हम इस प्रकार के एक बल्ब के प्रदर्शन को शामिल कर रहे हैं क्योंकि वास्तव में, 'ऑसग्लिम' एक व्यापारिक नाम है और विभिन्न स्थानों में, यह नाम बदल सकता है।



चित्र 7 : ऑसग्लिम प्रकार का नियॉन लैंप

'ऑसग्लिम' को चालू करने के साथ ही, अथवा, आपके निश्चितरूप से हल्के प्रकार के प्रकाश के साथ, अपने पूरे कपड़ों को उतार दें और स्वयं को अपनी पूरी लंबाई के दर्पण में देखें। कुछ क्षण के लिए कुछ भी देखने का प्रयास न करें, केवल शिथिल हों। निश्चित करें कि आपके पीछे काला सा परदा पड़ा हो, काला (प्राथमिकता के साथ) अथवा गहरा भूरा, ताकि आपको, जो उदासीन पृष्ठभूमि है, वह मिल सके, अर्थात् एक पृष्ठभूमि, जिसमें प्रभामंडल को प्रभावित करने के लिए, स्वयं में, कोई रंग नहीं है।

दर्पण में, स्वयं पर अत्यधिक आलस्यपूर्ण तरीके से नजर गढ़ाते हुए, कुछ क्षणों के लिए प्रतीक्षा करें। अपने सिर को देखें, तब आप वहाँ, अपनी कनपटियों पर, नीले से रंग को देख सकते हैं ? अपने शरीर को देखें, उदाहरण के लिए, अपनी भुजाओं से अपने कूल्हे तक। क्या आप, लगभग स्प्रिट की ज्वाला की तरह की, नीले से रंग की ज्वाला देखते हैं ? आप सबने इस प्रकार के लैम्प देखे होंगे, जिन्हें कुछ सुनार उपयोग में लाते हैं, जिनमें विकृत स्प्रिट (denatured sprit) या लकड़ी का अल्कोहल

या इसी प्रकार के कुछ दूसरे स्प्रिट जैसे पदार्थ जलाए जाते हैं। ये ज्वाला, नीले से रंग की ज्वाला होती है, जो अपने सिरों पर अक्सर पीली जैसी दिखती है। ईथरिक ज्वाला भी इसी तरह की होती है। जब आप देखें कि, आप प्रगति कर रहे हैं। आप इसे पहली ही बार में नहीं देख सकते हैं, दूसरी बार में, और तीसरी बार में, आप इसका प्रयास करें। इसी प्रकार, कोई संगीतकार, जब वह संगीत के मुश्किल मुखड़े को गाता है, हमेशा, चाहे गए परिणामों को, पहली ही बार में, दूसरी या तीसरी बार में, नहीं प्राप्त कर लेता। संगीतकार लगातार लगा रहता है, इसलिए आपको भी लगाना चाहिए। अभ्यास के साथ, आप ईथरिक को देखने में सक्षम होंगे। अधिक अभ्यास के साथ, आप प्रभामंडल को देखने में सक्षम होंगे। परंतु फिर, और फिर, हमको दोहराना चाहिए, *ये एक नग्नशरीर के साथ, बहुत स्पष्ट है, बहुत आसान है।*

ऐसा न सोचें कि नग्नशरीर के साथ कुछ गलत है। लोग कहते हैं “मानव को ईश्वर की छवि में बनाया गया है” नग्न ? ध्यान रखें, “शुद्ध (व्यक्ति) के लिए, सभी चीजें शुद्ध हैं।” आप एक उचित शुद्ध कारण के लिए, अपने आप को अथवा किसी दूसरे व्यक्ति को देख रहे हैं। यदि आपके विचार अशुद्ध होंगे, तो न आपको ईथरिक दिखाई देगा और न प्रभामंडल, आप केवल वही देख पायेंगे, जो आप देख रहे हैं!

इस ईथरिक के लिए, अपने आपको देखना जारी रखें, देखते जायें। आप पायेंगे कि कुछ समय में आप इसे देख सकते हैं।

कई बार, एक आदमी, एक प्रभामंडल को देख रहा होगा और कुछ नहीं देख पाएगा, परंतु इसके बदले में उसके हथेलियों में, या पैरों में, या शरीर के अन्य दूसरे भागों में भी खुजली होगी। ये खुजली, एक खास प्रकार का सनसनी है, और निश्चितरूप से, बिना त्रुटि के, करने योग्य है। जब आपको, ये होती है, इसका मतलब यह है कि आप, इसे देखने के ठीक रास्ते पर चल रहे हैं, इसका मतलब है कि अत्यधिक तनाव में होने के कारण, आप, अपने आपको देखने से रोक रहे हैं; आपको शिथिल होना पड़ेगा, आपको नीचे उतरना पड़ेगा। यदि आप शिथिल हों, आप खुल जायें, तब खुजली और शायद फड़कन, के होने की बजाए, आप ईथरिक अथवा प्रभामंडल अथवा दोनों को देखेंगे।

खुजली, वास्तव में, आपके खुद के प्रभामंडलीय बलों का, आपके हाथों में (अथवा, जो कोई भी केन्द्र हो) केन्द्रीकरण है। अनेक लोग, जब वे डरे हुए या तनाव में होते हैं, उन्हें हाथों की हथेलियों में अथवा कोंख में अथवा और कहीं पसीना आ जाता है। इस मनोवैज्ञानिक प्रयोग में, पसीना देने की बजाए, आप खुजलाते हैं। ये हम दोहराते हैं, एक अच्छा चिन्ह। इसका मतलब है—हम इसे फिर, दुबारा दोहरा दें—कि आप अत्यधिक तीव्रता से प्रयास कर रहे हैं और जब आप शिथिल होने के लिए तैयार हों, तब शायद, ईथरिक और प्रभामंडल भी, आपकी एकदम टकटकी लगाई हुई नजरों के सामने होंगे।

अनेक लोग, अपने खुद के प्रभामंडल को पूरी वास्तविकता के साथ नहीं देख सकते क्योंकि वे अपने प्रभामंडल को, दर्पण के माध्यम से बाहर निकलते हुए देख रहे हैं। दर्पण, रंगों को कुछ हद तक विकृत कर देता है और (प्रभामंडल में होकर) वापस परावर्तित करता है। ये रंगों की पूरी श्रृंखला को विकृत कर देता है, और इसप्रकार, बेचारा देखने वाला समझता है कि, उसके रंग धुंधले, दलदली हैं। एक गहरे तालाब में, एक मछली के ऊपर विचार करें, पानी की सतह के कुछ फीट नीचे, हाथ में पकड़े हुए किसी फूल के ऊपर विचार करें। मछली रंगों को वैसा नहीं देखेगी, जैसा आप देखेंगे। मछली को, फूल के रंग, पानी पर उठती तरंगों के कारण, और पानी के दूसरे तरीके से अथवा स्पष्टता के द्वारा विकृत दिखाई देंगे। इसी प्रकार से, आप अपने प्रभामंडल की गहराई से बाहर की तरफ देख रहे हैं और परावर्तित प्रतिबिम्ब को वापस अपने खुद के प्रभामंडल की गहराइयों में देख रहे हैं, ये कुछ हद तक, गलत बताने वाला हो सकता है। इस कारण से, जब कभी सुविधाजनक हो, किसी दूसरे के ऊपर टकटकी लगाना अच्छा है।

आपका माध्यम (medium) पूरी तरह से इच्छुक, पूरी तरह से सहयोगी होना चाहिए। यदि आप किसी व्यक्ति के नग्न शरीर पर देख रहे हैं, तो अक्सर इसप्रकार टकटकी लगाकर देखे जाने वाला व्यक्ति उदास या चकित हो जायेगा। उस मामले में, ईथरिक वापस, लगभग शरीर में अंदर हो जाता है, और उसका प्रभामंडल स्वयं अपने आपको बंद कर लेता है और रंगों को झूठा सिद्ध करके दिखाता है। अच्छे रोग निदान के लिए, अच्छा अभ्यास होना आवश्यक है, परंतु मुख्य बात ये है कि, किसी भी रंग को देखने से पहले, ये कोई मतलब नहीं रखता कि ये रंग सत्य हैं या असत्य।

इस व्यक्ति को मिलने और उसको बात करने का सबसे अच्छा तरीका है, केवल छोटी-छोटी बातें करें, केवल ऐसे फालतू वार्तालाप करें, जो उसको सुविधापूर्ण हों और ये दिखायें कि कुछ नहीं होने वाला है। आपका माध्यम, जैसे ही शिथिल होता है, उसका ईथरिक, अपने सामान्य अनुपातों को प्राप्त कर लेगा और प्रभामंडल स्वयं, उसके प्रभामंडलीय कोष को पूरी तरह भरने के लिये, बाहर की तरफ बहने लगेगा।

कई अर्थों में ये सम्मोहन जैसा लग सकता है; कोई सम्मोहनकर्ता किसी व्यक्ति को यूं ही नहीं पकड़ लेता है और तब उसे तत्काल ही उसी स्थान पर सम्मोहित नहीं करता है। सामान्यतः इसमें अनेक सत्र होते हैं; सम्मोहनकर्ता, सबसे पहले मरीज को देखता है और उसके साथ किसी प्रकार का तालमेल या यदि आप कहना चाहें, सामान्य आधार-एक पारस्परिक समझ-स्थापित करता है और तब सम्मोहनकर्ता एक या दो तरकीब (trick), जैसे कि देखना, यदि माध्यम उसके आधारभूत सम्मोहन के प्रति उत्तर देने लगता है, भी लगा सकता है। दो या तीन सत्रों के बाद, सम्मोहनकर्ता माध्यम को तन्द्रा (trance) की अवस्था में ले जाता है। ठीक वैसे ही, आपको भी अपने माध्यम को, पहले उसके शरीर पर घूरना नहीं है, ठीक स्वाभाविक तरीके से, मुश्किल से शरीर को देखें, मानो कि वह व्यक्ति, दूसरा व्यक्ति, पूरी तरह से कपड़ों में हो। तब, शायद, दूसरे अवसर पर माध्यम अधिक विश्वस्त, अधिक आत्मविश्वास से भरा हुआ, अधिक शिथिल होगा। तीसरे अवसर पर, आप वास्तव में, शरीर या शरीर की बाहरी रूपरेखा (outline) को देख सकते हैं—क्या आप हलके नीले रंग की बाड़ को भी देख सकते हैं ? क्या आप शरीर और उस पीले रंग के तेजोमंडल के आसपास लहराते हुए रंगों की उन धारियों को भी देख सकते हैं ? क्या आप सिर के ऊपरी केन्द्र से नीचे की ओर फैलते हुए प्रकाश को—पश्चिमी बोलचाल के मुहावरे की तरह से, एक खिलते हुए कमल की तरह से अथवा कुछ-कुछ एक फुलझड़ी की आतिशबाजी जैसे खिलते हुए विभिन्न रंगों में, देख सकते हैं ?

ये एक छोटा पाठ है; ये एक महत्वपूर्ण पाठ है। अब ये सुझाव दिया जाता है कि आप तब तक प्रतीक्षा करें जब तक कि आराम से न हों, अपने दिमाग में किसी विशेष प्रकार की चिन्तायें नहीं, आप भूखे नहीं हैं और न ही अधिक खाये हुए। यदि आप अपने कपड़ों से किसी प्रभाव को छुटकारा पाना चाहते हैं, तब अपने स्नानगृह में जायें, स्नान करें और तब अभ्यास करें ताकि आप, अपने खुद के प्रभामण्डल को देख सकें। कुल मिलाकर यह अभ्यास का मामला है।

पाठ आठ

पिछले पाठों में, हमने शरीर को इथेरिक और प्रभामण्डल के केन्द्रों के रूप में माना है; हम इथेरिक के ऊपर चर्चा करते हुए, और तब रंगों की बाहरी अपनी पट्टियों के साथ प्रभामण्डल का, और उससे आगे प्रभामण्डलीय बाहरी त्वचा का वर्णन करते हुए, शरीर से बाहर की ओर चले हैं। ये सब अत्यन्त महत्वपूर्ण है, और आपको वापस जाने और पिछले पाठों को दोबारा पढ़ने की सलाह दी जाती है, क्योंकि इस पाठ में, और पाठ नौ में, हम शरीर को छोड़ने का आधार तैयार करने जा रहे हैं। जबतक कि आप इथेरिक और प्रभामण्डल और शरीर रचना की आण्विक प्रकृति से परिचित नहीं हैं, आप कुछ परेशानियों में पड़ सकते हैं।

मानव शरीर, जैसा हम देख चुके हैं, प्रोटोप्लाज्म (protoplasm) के पिण्ड के रूप में बना होता है। ये अणुओं का पिण्ड है, जो आकाश (space) के एक निश्चित आयतन में फैला हुआ है। ठीक वैसे ही, जैसे कि ब्रह्माण्ड आकाश के कुछ आयतन को घेरे रहता है। अब हम अंदर की ओर चलने वाले हैं, प्रभामण्डल से दूर, इथेरिक से भी दूर और शरीर में अंदर, क्योंकि ये मांसल शरीर, मात्र एक वाहन है, एक अभिनेता, जो मंच, जो यह विश्व है, के ऊपर, इस नियत स्थान में रह रहा है, की पोशाकों का-कपड़ों का एक सूट- है।”

ये कहा जा चुका है कि कोई भी दो चीजें, एक ही आकाश को नहीं घेर सकतीं। जब कोई ईंटों अथवा बांस अथवा धातु के टुकड़ों के बारे में सोचता है, ये तार्किक रूप से सही है परन्तु यदि दो चीजों के कंपन असमान हों, अथवा यदि उनके परमाणुओं और न्यूट्रॉनों और प्रोटोनों के बीच का आकाश काफी विस्तृत हो, तो दूसरी चीजें भी उस आकाश को घेर सकती हैं। आप इसे समझने के लिये मुश्किल पा सकते हैं, इसलिये हमें इसे दूसरे तरीके से रखते हैं। हम शायद, दो उदाहरण दे रहे हैं। यहाँ, ये पहला है;—

यदि आप दो गिलासों को, पानी से ठीक ऊपर तक, लवालव भर दें और उन में से एक में बालू डालें तो आप पायेंगे कि यदि एक थोड़ी चम्मच भर बालू, और डाली जाती है, तो भरे हुए गिलास में से पानी बाहर बह कर आ जायेगा और गिलास के बगल से बहता हुआ और ये दिखाता हुआ कि, इस मामले में पानी और बालू दोनों एक ही स्थान को नहीं घेर सकते, इसलिये किसी एक को छोड़ देना पड़ेगा। बालू भारी होने के कारण, गिलास के तल को, इसप्रकार उस बिन्दु तक ऊँचा उठाते हुए, जहाँ से पानी बाहर बहने लगता है, पानी की तली में बैठ जाती है।

अब हम दूसरे गिलास की ओर चलें, जो कि-ठीक तरीके से, उसी स्तर तक, जहाँ तक कि पहला गिलास भरा गया था, पानी से ऊपर तक, लवालव भरा गया है। यदि हम शक्कर लें और गिलास में, धीमे से, शक्कर को पानी के ऊपर छिड़क दें, तो हम देखते हैं कि, पानी को बाहर निकलने से पहले, हम छः चम्मच भर शक्कर को भी, उस गिलास में डाल सकते हैं। यदि हम इसे धीमे-धीमे करें तो हम देखेंगे कि, शक्कर गायब हो जाती है या दूसरे शब्दों में, घुल जाती है। जैसे ही ये घुलती है इसके खुद के अणु, पानी के अणुओं के बीच के स्थान को घेर लेते हैं, और इस प्रकार ये और अधिक स्थान की मांग नहीं करती। केवल तभी, जब कि शक्कर के अणुओं के द्वारा, पानी के अणुओं के बीच का स्थान भर चुका हो, तभी शक्कर की अधिकता, ढेर के रूप में गिलास की तली में इकट्ठी हो जाती है और अंततः, पानी के बाहर बहने के लिये कारण बनती है। इस मामले में, हमें स्पष्ट प्रमाण मिला कि दो चीजें एक ही स्थान को घेर सकती हैं।

अब हम दूसरा उदाहरण लें; हम सौर मण्डल को देखें। ये एक खुला स्थान है, एक चीज, एक अस्तित्व है, “एक कुछ (something)”। इसमें, आकाश में चलते हुए, अणु या परमाणु हैं, जिन्हें हम विश्व कहते हैं। यदि ये सत्य है कि दो चीजें एक ही आकाश को नहीं घेर सकतीं, तो हम किसी रॉकेट

को, पृथ्वी से अंतरिक्ष में नहीं भेज सकते, न ही किसी दूसरे ब्रह्माण्ड से लोग, हमारे ब्रह्माण्ड में प्रवेश कर सकते हैं क्योंकि, यदि उन्होंने ऐसा किया तो वे हमारे आकाश को घेरेंगे। इस प्रकार—उचित हालातों में—ये संभव है कि दो चीजें एक ही आकाश को घेर सकें।

बीच में रिक्त कुछ निश्चित आकाश के साथ अणुओं से बना मनुष्य शरीर, परमाणुओं, छोटी चीजों, आत्मिक शरीरों, या हम जिन्हें सूक्ष्मशरीर कहते हैं, और दूसरे शरीरों को भी अपने में समाये हुए है। ये क्षुद्र चीजें, बनावट में, ठीक—ठीक वैसी ही हैं, जैसे कि मनुष्य शरीर है, अर्थात् ये अणुओं से मिलकर बनी हैं। परन्तु ठीक वैसे ही, जैसे कि मिट्टी या सीसा या लकड़ी, अणुओं की कुछ निश्चित व्यवस्थाओं से बनते हैं—कुछ निश्चित घनत्व अणु—आत्मीय शरीरों के अणु, कुछ कम और एक—दूसरे से थोड़े दूर—दूर होते हैं। इसप्रकार, सूक्ष्मशरीर के लिये, ये पूरी तरह संभव है कि वह हाड़—मांस के शरीर में, उसके तुरंत सम्पर्क में रहते हुए, ठीक से बैठ जाये और इसप्रकार इसे अलग से आकाश घेरने की जरूरत नहीं होती।

सूक्ष्मशरीर और भौतिकशरीर, रजत तंतु के द्वारा, आपस में एक—दूसरे से जुड़े हुए हैं। पश्चात्पूर्वी (later), (अर्थात् भौतिकशरीर) अत्यधिक तेज गति से कंपन करते हुए अणुओं एक समूह है। कुछ मामलों में, ये गर्भनाल (umbilical cord) के समान है, जो माँ को अपने बच्चे के साथ जोड़ता है; माँ के आवेग, प्रभाव, पोषण, उससे बहते हुए, अजन्मे बच्चे को भेजे जाते हैं। जब बच्चा पैदा हो जाता है और गर्भनाल को काट दिया जाता है, तब बच्चा उस जीवन में, जिसको वह इससे पहले जानता था, मर जाता है, अर्थात्, वह अलग से एक अस्तित्व, एक पृथक जीवन बन जाता है, अब ये माँ का भाग नहीं रहता, अतः माँ के भाग के रूप में, ये “मर जाता है” और अपना खुद का अस्तित्व ग्रहण कर लेता है।

रजत तन्तु अधिस्वयं और मानव शरीर को जोड़ता है, और मांस के शरीर के अस्तित्व की छापों (impressions) को हर मिनट, एक से दूसरे को भेजता रहता है। छाप, आदेश, पाठ, और कई बार आध्यात्मिक पोषण भी, अधिस्वयं से मनुष्य शरीर तक आता है। जब मृत्यु होती है, तो रजत तन्तु कट जाता है और मनुष्य शरीर, एक त्यागे गये कपड़ों के सूट की तरह से, छोड़ दिया जाता है, जबकि आत्मा, चलती जाती है।

यह, इस मामले में जाने का उचित स्थान नहीं है, परन्तु ये कहा जाना चाहिये कि “आत्मिक शरीर (spirit bodies),” संख्या में कई होते हैं। वर्तमान में, हम यहाँ, मांस के शरीर और सूक्ष्मशरीर के संबंध में बात कर रहे हैं। अपने उन्नयन की वर्तमान अवस्था में, कुल मिलाकर, नौ¹² अलग—अलग शरीर होते हैं, हरेक एक—दूसरे के साथ, रजत तन्तु के द्वारा जुड़ा रहता है, परन्तु अभी हम, आकाशीय यात्राओं और आकाशीय तल से अभिन्न रूप से संबंधित मामलों पर विचार कर रहे हैं।

12अनुवादक की टिप्पणी : वैदिक दर्शन के अनुसार, शरीर, मन और आत्मा संलग्नरूप से एक ही माने जाते हैं, परन्तु इस विषय पर वैदिक और पाश्चात्य दर्शन भिन्न मत रखते हैं। वेदान्त में, योग में, पिण्ड और चेतना परस्पर संलग्न मानी जाती हैं। अतः मोटे तौर पर एक व्यक्ति, भौतिक शरीर, सूक्ष्म शरीर, और आकस्मिक या अवचेतन मन, इन तीन चीजों का संयोग माना जाता है। हर शरीर का एक आयाम तथा विद्युत चुम्बकीय क्षेत्र की भाँति एक क्षेत्र होता है, जिन्हें वेदान्त में कोष (sheath) कहा जाता है। ये कोष संख्या में पाँच होते हैं, अन्नमय कोष, प्राणमय कोष, मनोमय कोष, विज्ञानमय कोष, तथा आनन्दमय कोष। अन्नमय कोष या भौतिक शरीर, सात्विक, राजस और तामस, तीन प्रकार का होता है। प्राणमय कोष, प्राण या जीवन बल (life force) का बना होता है। इस विश्व में प्रत्येक जीव, प्रत्येक वनस्पति, पर्वत, सागर, अयस्क, वेक्टीरिया, प्रत्येक वस्तु, ब्रह्माण्डीय प्राण ऊर्जामय, सृष्टि का अभिन्न अंग है। मनोमय कोष, मन या विचारों से बनता है, मन, जो स्वयं में ऊर्जा का क्षेत्र है, ही चेतना है। मनोमय कोष, देश, काल और कारणों पर निर्भर करता है। सांख्य दर्शन में मन के उन्नयन की दस अवस्थाएँ कही जाती हैं, जिनमें से चेतन (conscious), अवचेतन (subconscious) और अचेतन (unconscious) तीन अवस्थाएँ प्रमुख हैं। विज्ञानमय कोष, विज्ञान (बाह्य विज्ञान तथा आंतरिक अनुभव दोनों) या जानकारी से सम्बंधित है, विज्ञानमय कोष, देश, काल और कारणों पर निर्भर नहीं करता। आनन्दमय कोष सुख और दुख दोनों से परे, आनन्द को निरूपित करता है। वास्तव में, आनन्द वह अवस्था है, जिसमें किसी प्रकार की प्रसन्नता या दुख की प्रतीति नहीं होती, जिसमें अमीरी या गरीबी, उपलब्धि या बंचना, बीमारी या मृत्यु, श्मसान या नृत्यांगण कोई भी चीज मन को प्रभावित नहीं करती। जानवरों में भी ये पाँचों कोष होते हैं, परन्तु उनमें अन्नमय कोष, और प्राणमय कोष, सर्वाधिक विकसित और वर्चस्वशील होते हैं, मनोमय कोष विकास की प्रारम्भिक अवस्था में होता है, जबकि विज्ञानमय कोष, तथा आनन्दमय कोषों का विकास लगभग नगण्य होता है। देखें www.yogamag.net स्वामी सत्यानन्द सरस्वती सत्संग

तब, मनुष्य हाड़-मांस के एक शरीर में रहता हुआ, इस शरीर में रहता हुआ, एक आत्मा है, ताकि पाठ सीखे जा सकें और अनुभवों से गुजरा जा सके, अनुभव, जो आत्मा के द्वारा, शरीर के उपयोग के बिना, नहीं प्राप्त किये जा सकते। आदमी, अथवा आदमी का हाड़-मांस का शरीर, एक वाहन है, जो अधिस्वयं के द्वारा चलाया जाता है। कुछ लोग, यहाँ "आत्मा (soul)" शब्द का उपयोग करना पसंद करते हैं, हम "अधिस्वयं" का, क्योंकि ये अधिक सुविधाजनक है। वास्तव में, आत्मा एक अलग चीज है, और वह इससे भी अधिक ऊँचे स्तर तक जाती है। अधिस्वयं, नियंत्रक और इस शरीर का चालक होता है। यदि आप कहना चाहें, मनुष्य का मस्तिष्क, एक रिले (relay) स्टेशन, एक टैलीफोन एक्सचेंज, एक पूरी तरह से स्वचालित कारखाना है। ये अधिस्वयं से संदेश लेता है और अधिस्वयं के आदेशों को, रासायनिक सक्रियता अथवा भौतिक सक्रियता में बदलता है, जो इस वाहन को जीवित रखते हैं, मांसपेशियों को काम पर लगाता है और निश्चित मानसिक प्रक्रियाओं को पैदा करता है। ये अधिस्वयं को, संदेश और अनुभवों की छापें (impressions), जो प्राप्त कीं, वापस भी भेजता है।

एक चालक के अपने वाहन को अस्थायीरूप से छोड़कर जाने की भाँति, शरीर की सीमाओं से बाहर पलायन करते हुए, मनुष्य आत्माओं के महान संसार को देख सकता है और मांस के शरीर में रहते हुए, जो पाठ सीखे हैं, उनका मूल्यांकन कर सकता है परन्तु हम यहाँ, शायद, अधिस्वयं के थोड़े उल्लेख के साथ, भौतिक और सूक्ष्मशरीरों पर विचार विमर्श कर रहे हैं। विशेषरूप से, हम सूक्ष्मशरीर का उल्लेख करते हैं क्योंकि, उस शरीर में रहते हुए, मनुष्य पलक झपकते दूर के स्थानों की यात्रा कर सकता है, मनुष्य किसी भी समय, कहीं भी जा सकता है और अपने पुराने मित्रों या सम्बंधियों को भी मिल सकता है। अभ्यास के द्वारा, आदमी अथवा औरत!—विश्व के नगरों, और दुनियों के बड़े-बड़े पुस्तकालयों का भ्रमण कर सकता है। अभ्यास से, किसी पुस्तकालय को जाना और किसी पुस्तक को या पुस्तक के किसी पेज को देखना, आसान है। अधिकांश लोग सोचते हैं कि, वे शरीर को नहीं छोड़ सकते क्योंकि, पश्चिमी विश्व में, वे अपने पूरे जीवन भर, उन हालातों में फंसे हैं कि, जिन चीजों को अनुभव नहीं किया जा सकता, और जिनको टुकड़ों में तोड़ा नहीं जा सकता, वे उनके ऊपर विश्वास भी नहीं करते और उन शब्दों पर विचार विमर्श करते हैं, जिनका कोई अर्थ नहीं है।

बच्चे परियों में विश्वास रखते हैं; वास्तव में, ऐसी चीजें होती हैं, केवल हम, जो उन्हें देख सकते हैं और उनके साथ वार्तालाप कर सकते हैं, उनको प्राकृतिक आत्मायें (nature spirits) कहते हैं। अनेक वास्तविक छोटे बच्चों के पास, वे, जो खेल के अदृश्य साथी के रूप में जाने जाते हैं, होते हैं। प्रौढ़ लोगों के अनुसार, बच्चे, अपनी कल्पना में बनाये हुए दोस्तों, जो सनकी प्रौढ़ लोगों द्वारा नहीं देखे जा सकते, के साथ बातें करते हुए, कल्पनालोक में जीते हैं। बच्चा जानता है कि ये दोस्त वास्तविक हैं।

जैसे ही बच्चा बड़ा होता है, बड़े माता-पिता उस पर, उसकी इन फालतू कल्पनाओं के ऊपर, हँसते हैं, अथवा गुस्सा होते हैं। माता-पिता, जो अपने खुद के बचपन को भूल चुके हैं और ये भी भूल चुके हैं कि उनके माता-पिताओं ने कैसे कार्य किया था, बच्चे को "झूठा" या "अत्यधिक कल्पनाशील" कह कर पीटते हैं। अंततः, बच्चा ये विश्वास करने के लिये सम्मोहित हो जाता है, कि इसप्रकार की, प्राकृतिक आत्माओं (या परियों) जैसी कोई चीजें नहीं होती, और बदले में, ये बच्चे बड़े होते हैं, अपने खुद के परिवार बनाते हैं और अपने बच्चों को, प्राकृतिक आत्माओं के साथ खेलने या उन्हें देखने के लिये, इसीप्रकार निरुत्साहित करते हैं!

हम अत्यधिक निश्चयपूर्वक, यह कहने जा रहे हैं कि पूर्व के लोग और आयरलैण्ड के लोग, इसे अच्छी तरह जानते हैं; यदि उन्हें परियों (fairies) या अप्सराएँ (leprechauns) कहा जाये, तो इसका ख्याल न करें, उनको कुछ भी कहा जाय, प्राकृतिक आत्मायें होती हैं—वे वास्तविक हैं, वे अच्छा काम

करती हैं, और आदमी, अपनी अज्ञानता और ढींग हांकने के कारण, उनके अस्तित्व को अस्वीकार करने के कारण, अपने आप को, इन आश्चर्यजनक चीजों और सूचनाओं के सुन्दर भण्डार से अलग कर लेता है। प्राकृतिक आत्माएँ उन लोगों को मदद करती हैं, जिन्हें वे पसंद करती हैं, उन्हें मदद करती हैं, जो उनमें विश्वास रखते हैं।

अधिस्वयं के ज्ञान के संबंध में कोई सीमायें नहीं हैं। शरीर-भौतिक शरीर, की क्षमताओं के विषय में बहुत वास्तविक सीमायें हैं। लगभग हर व्यक्ति, सोते समय अपने शरीर को पृथ्वी पर छोड़ देता है। जब वे जगते हैं तो कहते हैं कि उन्हें एक सपना हुआ, क्योंकि, यहाँ फिर से, मनुष्यों को ये विश्वास करना सिखाया जाता है कि, पृथ्वी पर उनका जीवन ही, मात्र वह चीज है, जिसका कोई अर्थ है। उनको सिखाया जाता है कि जब वे सोते हैं तो यात्रा में आस-पास नहीं जा सकते। इसलिये-आश्चर्यजनक अनुभव, "स्वप्नों के रूप में युक्तिसंगत बना दिये जाते हैं।"

अनेक लोग, जो विश्वास करते हैं, शरीर को अपनी इच्छानुसार छोड़ सकते हैं, और उस सारे ज्ञान को, जो कुछ उन्होंने देखा, और जो उन्होंने अनुभव किया, जो उन्हें मिला, पूरा-पूरा साथ में लाते हुए, घंटों बाद अपने शरीर में लौटते हुए, दूर तक तथा तेजी से यात्रा कर सकते हैं। लगभग हर व्यक्ति शरीर को छोड़ सकता है और आकाशीय यात्रायें कर सकता है, परन्तु उन्हें यह विश्वास करना पड़ेगा कि वे इसे कर सकते हैं, एक व्यक्ति के लिये, अविश्वास के विकर्षित करने वाले विचारों को अथवा विचारों को कि, वे ऐसी चीजों को नहीं कर सकते, दूर करना, पूरी तरह अनुपयोगी है। वास्तव में, आकाशीय यात्रायें करना, जब कोई भय के पहले ही अवरोध को जीत लेता है, उल्लेखनीय रूप से आसान है।

भय महान रुकावट है। अधिकांश लोगों को, अंदर से उठने वाले भय को, कि शरीर छोड़ना, मृत्यु ही है, दबाना पड़ता है। कुछ लोग मृत्यु की सीमा तक, इतने डरे हुए होते हैं कि यदि उन्होंने शरीर छोड़ा, तो वे वापस आने में समर्थ नहीं हो सकेंगे, अथवा कोई दूसरा अस्तित्व, शरीर में प्रवेश कर जायेगा। जबतक कि कोई भय के द्वारा "द्वार न खोल दे," ये एकदम असम्भव है। एक व्यक्ति, जिसको किसी प्रकार का भय नहीं है, चाहे कुछ भी उसके साथ घटे, कोई हानि नहीं हो सकती। जब कोई आकाशीय यात्रा में हो, रजत तन्तु को तोड़ा नहीं जा सकता, कोई दूसरा शरीर में अंदर अतिक्रमण नहीं कर सकता, जबतक कि कोई भयाक्रान्त होने के कारण, निश्चितरूप से आमन्त्रण न दे।

ठीक वैसे ही, जैसे कि आप हर रात को सोने के बाद जागते हैं, आप हमेशा-हमेशा-अपने शरीर में लौट सकते हैं। केवल एक चीज से डरना है और वह है, डर; भय ही वह एकमात्र चीज है, जो खतरे पैदा कर सकती है। हम सभी जानते हैं कि वे सारी चीजें, जिनसे हम डरते हैं, विरले ही घटित होती हैं।

भय के बाद, विचार दूसरा मुख्य दोष है, क्योंकि विचार, अथवा कारण, एक वास्तविक समस्या खड़ी करता है। विचार और कारण, ये दोनों, किसी को ऊँचे पहाड़ों पर चढ़ने से रोकते हैं; तर्क हमको बताता है कि एकबार का फिसलना ही, हमें नीचे की तरफ पलट देगा और टुकड़ों में तोड़ देगा। इसलिये विचार व तर्क, इन दोनों को दबाया जाना चाहिये। दुर्भाग्यवश ये बदनाम हैं। विचार! क्या आपने कभी विचारों के ऊपर विचार किया है ? विचार क्या है ? हम कहाँ सोचते हैं ? क्या आप अपने सिर के ऊपरी भाग में सोचते हैं ? अथवा अपने सिर के पीछे के हिस्से से ? क्या आप अपनी भौंह में सोचते हैं ? या अपने कानों में ? क्या जब आप अपनी आँखें बंद कर देते हैं, तो सोचना भी बंद हो जाता है ? नहीं ! आपके विचार वहाँ हैं जहाँ आप ध्यान केन्द्रित करते हैं; आप वो विचार करते हैं, जिसके ऊपर ध्यान केन्द्रित करते हैं। ये साधारण मूल तथ्य, आपको अपने शरीर से बाहर आने में और सूक्ष्मशरीर में जाने में सहायक हो सकता है, ये आपके सूक्ष्मशरीर को इतना स्वतंत्र बना सकता है, जैसे कि हवा। इसके बारे में सोचें, यहाँ तक पढ़े हुए पाठ को दोबारा पढ़ें, और विचार के बारे में विचार करें,

सोचें कि विचारों ने किस प्रकार आपको वापस खींचा है क्योंकि, आप रुकावटों पर विचार करते हैं, आप अज्ञात नाम वाले भयों का विचार करते हैं। आप, उदाहरण के लिये, आधी रात को अपने घर में अकेले रहे हों, हवा बाहर चलती हुई, और आपके अंदर चोरों का विचार आ सकता है, आप किसी के पर्दे के पीछे छिपे हुए होने की कल्पना कर सकते हैं, जो आपके ऊपर उछाल लगाने को तैयार है। विचार, यहाँ, क्षति पहुँचा सकते हैं ! विचारों के बारे में थोड़ा और अधिक सोचें।

आप दांत के दर्द से परेशान हैं, और अनिच्छापूर्वक दन्तचिकित्सक के पास जाते हैं। वह आपको बताता है कि, आपको अपना दांत निकलवाना पड़ेगा, आप डरते हैं कि ये आपको दुखी करेगा; आप दंत चिकित्सक के पास कुर्सी पर डर के साथ बैठते हैं। जैसे ही दंत चिकित्सक अपनी सुई को पकड़ता है और आपको इंजेक्शन लगाता है, आप स्वतः ही घबराने लगते हैं, और शायद पीले पड़ जाते हैं। आप सुनिश्चित हैं कि ये आपको पीड़ा पहुँचाने वाला है, आप सुनिश्चित है कि आप ये महसूस करने वाले हैं कि सुई अंदर जायेगी, और उसके बाद आपके दांतों की भयानक पकड़ होगी और दांत खून के साथ बाहर आयेगा। शायद, आप डरे हुए हैं कि आप इस सदमे से बेहोश हो जायेंगे, इसप्रकार आप डर को पालते हैं, और अधिक सोचने के कारण, और पूरे विचार को केन्द्रित करने के कारण, पूरी शक्ति को उस दांत के स्थान पर लगाने के कारण! आपका दांत आपको और ज्यादा घायल करता है। आपकी पूरी शक्ति, दांतदर्द को ज्यादा करने में लग जाती है, परन्तु जब आप आलसपूर्ण तरीके से सोचते हैं, तब ये विचार कहीं होता है। सिर में ? आप कैसे जानते हैं ? क्या आप वहाँ महसूस कर सकते हैं ? विचार वहाँ होता है, जहाँ आप ध्यान केन्द्रित करते हैं, विचार आपके अंदर केवल तभी है क्योंकि आप अपने ऊपर विचार कर रहे हैं और आप सोचते हैं कि विचार आपके अंदर है। विचार वहाँ होता है, जहाँ आप इसे चाहते हैं, विचार वहाँ होता है जहाँ आप इसे भेजते हैं।

हम दोबारा देखें कि "विचार वहाँ है, जहाँ आप ध्यान केन्द्रित करते हैं।" युद्धक्षेत्र की गर्मी में, आदमियों को गोली लगती है या उन पर शस्त्र प्रहार होता है और वे कोई दर्द महसूस नहीं करते। कुछ समय के लिये, उन्हें ये भी मालूम नहीं हो सकता है कि वे घायल हुए, केवल तभी, जब उनके पास इस बारे में सोचने के लिये समय होता है, तब वे दर्द महसूस करते हैं और शायद, सदमे से मर जाते हैं! परन्तु विचार, तर्क, और भय ब्रेक हैं, जो हमारे आत्मिक उन्नयन को धीमा कर देते हैं, वे उस मशीन की, जो धीमी हो रही है, मरियल झनझनाहट हैं और अधिस्वयं के द्वारा भेजे हुए आदेशों को विकृत कर रही है।

मनुष्य, जब अपने मूर्खतापूर्ण भयों और प्रतिबंधों के द्वारा, अपनी मासपेशियों और दिमाग, दोनों की अत्यधिक बढ़ी हुई शक्तियों के द्वारा, सुव्यवस्थित होता है, एक अतिमानव (superman) हो सकता है। यहाँ एक उदाहरण है; एक कमजोर सा शर्मिला सा आदमी, पूरी तरह से मासपेशियों के चौंकाने वाले विकास से, बगल के रास्ते से अलग हटकर, ट्रेफिक की भारी धारा में आ जाता है। उसके विचार दूर, काफी दूर, शायद अपने व्यापार पर या जब वह उस रात घर आता है, जब उसकी पत्नी अंदर होती जा रही है, उस मनःस्थिति के प्रकार पर हैं। वह शायद, अपने बिना भुगतान किये हुए बिलों के बारे में भी सोच रहा हो सकता है! एक पास आने वाली कार के द्वारा, अचानक चिल्लाकर की गई आवाज, और (तब वह) आदमी-बिना किसी सोचविचार के-एक अद्भुत उछाल, जो सामान्यतः एक भली भाँति प्रशिक्षित धावक के लिये भी एकदम असम्भव रही होती, के साथ बगल के अपने रास्ते पर वापस उछलता है। यदि इस आदमी को विचारों की प्रक्रिया द्वारा रोक दिया गया होता तो, वह इतना अधिक बिलम्बित हो जाता कि कार उसको कुचलकर निकल सकती थी। विचारों की कमी ने, हमेशा देखभाल करने वाले अधिस्वयं को, रसायनों (जैसे कि एड्रेनलिन, **adrenalin**), जिसने उस व्यक्ति को अपनी सामान्य क्षमताओं के अधिक बड़ी उछाल लेने के योग्य बनाया और उछलने की इस सक्रियता में शामिल किया, को तेजी के निकालने के साथ, चेतन विचारों की गति के परे, मांसपेशियों को उत्तेजित करने

योग्य बनाया। पश्चिमीविश्व में, मानवजाति को यह पढ़ाया गया है कि विचार, तर्क “मनुष्यों को पशुओं से अलग करते हैं।” अनियंत्रित विचार, सूक्ष्मशरीरीय यात्राओं में, कईबार आदमी को पशुओं से नीचे रखते हैं ! लगभग हर व्यक्ति इससे सहमत होगा कि बिल्लियों, एक उदाहरण देने के लिये, उन चीजों को देख सकती हैं, जो आदमी नहीं देख सकता। अधिकांश लोगों को, जानवरों को, जो प्रेत को देखते हैं, अथवा आगामी घटनाओं के (घटने से) काफी पहले सावधान हो जाते हैं, को देखने का अनुभव हुआ होगा। पशु, तर्कों और विचारों के लिये, एक दूसरे तरीके का इस्तेमाल करते हैं। हम भी ऐसा कर सकते हैं!

पहले, यद्यपि, हमें अपने विचारों को नियंत्रित करना होगा। हमें व्यर्थ विचारों के उन सारे कमजोर वाक्यांशों (tags) को हटाना होगा, जो लगातार हमारे मन के ऊपर चलते रहते हैं। कहीं, जहाँ आप आराम से हों, जहाँ आप पूरी तरह से आराम कर सकें, और जहाँ कोई आपको परेशान न कर सके, बैठ जायें। यदि आप चाहें, बत्ती को बुझा दें क्योंकि, इस जैसे मामले में प्रकाश एक बाधा है। कुछ क्षणों के लिये, केवल अपने विचारों के बारे में विचार करते हुए, निष्क्रिय होकर बैठें, अपने विचारों को देखें, ये देखें कि वे आपके चेतनमन में किस प्रकार रेंगते रहते हैं, उनमें से हरेक ध्यान के लिये गुहार लगाता है, आदमी के साथ कार्यालय में हुए उस झगड़े के लिये, भुगतान न किये हुए बिल, जीवन की लागत, विश्व की परिस्थितियाँ, आप आपने नियोक्ता को जो कहना चाहेंगे—सब को एक तरफ हटाकर रख दें!

कल्पना करें कि आप, गगनचुम्बी इमारतों की चोटी पर, पूरी तरह अंधेरे, एक कमरे में बैठे हैं; आपके सामने एक बड़ी चित्र-खिड़की (picture window) है, जो काले पर्दे (black blind) से ढकी हुई है, एक पर्दा, जिसके ऊपर कोई नमूना नहीं है, ऐसा कुछ नहीं, जो परेशानी सिद्ध हो सके। उस पर्दे के ऊपर ध्यान केन्द्रित करें। सबसे पहले, ये निश्चित करें कि आपके चेतन मन को पार करते हुए, कोई विचार नहीं आ रहे हैं (जिसे खाली पर्दा कहते हैं) और यदि विचार घुसने का प्रयास करें, उन्हें वापस किनारे के ऊपर धकेल दें। आप ऐसा कर सकते हैं, ये केवल अभ्यास का मामला है। विचार कुछ क्षणों के लिये, उस काले पर्दे के ऊपर, भड़कने की कोशिश करेंगे, उन्हें वापस धक्का दें, बलपूर्वक उन्हें जाने दें, तब फिर से पर्दे के ऊपर ध्यान केन्द्रित करें, उसे उठाने की इच्छा करें ताकि आप उसके परे देख सकें।

फिर, जैसे ही आप उस काल्पनिक काले पर्दे के ऊपर टकटकी लगाकर देखते हैं, आप देखते हैं कि सभी प्रकार के अजनबी विचार, अन्दर घुसने का प्रयास करते हैं, वे आपके ध्यान के केन्द्र में आने का, अपनी तरह से, बलपूर्वक प्रयास करते हैं। उन्हें वापिस धकेल दें, उन्हें चेतन प्रयास के साथ वापिस धकेल दें, इन विचारों को घुसने देने से मना कर दें (हाँ, हम सावधान हैं कि हम इसे पहले कह चुके हैं, परन्तु हम यहाँ से विचार को, उसके मूल स्थान पर ले जाने की कोशिश कर रहे हैं।) जब आप कालेपन के इस सम्पूर्ण प्रभाव को थोड़े समय के लिये पकड़कर रख सकें, आप देखेंगे कि वहाँ फाड़े जा रहे खाल के एक टुकड़े की तरह, एक “कड़कड़ाहट (snap)” होती है, तब आप हमारी इस सामान्य दुनियाँ से बाहर देखने में सक्षम होंगे, और दूसरे आयाम वाले एक दूसरे विश्व में, जहाँ समय और दूरी का पूरी तरह से एक ताजा अर्थ होगा। इसके अभ्यास के द्वारा, इसको करते हुए, आप पायेंगे कि आप अपने विचारों को नियंत्रित करने में, पंडितों और स्वामियों की तरह से सक्षम हैं।

इसको करके देखें, अभ्यास करें क्योंकि यदि आप प्रगति करने के योग्य बनना चाहते हैं, आप, जबतक कि आप निष्क्रिय विचारों से पूरी तरह पार न पा जायें, इसका लगातार अभ्यास करते रहें।

पाठ नौ

पिछले पाठ में हमने विचारों के साथ, निष्कर्ष के चरणों तक विचार किया। हमने कहा “विचार वहाँ हैं, जहाँ आप इसे होने देना चाहते हैं।” ये एक सूत्र है, जो हमको शरीर के बाहर निकलने के लिये, आकाशीय यात्राओं को करने के लिए, सहायक हो सकता है। हम इसे दोहराएँ।

विचार वहाँ है, जहाँ आप इसे होने देना चाहते हैं। आपके बाहर, यदि आप ऐसा चाहते हैं। हम थोड़ा अभ्यास करें। यहाँ फिर, आपको वहाँ, जहाँ आप पूरी तरह अकेले हैं, जहाँ किसी प्रकार का कोई व्यवधान नहीं है, होने की आवश्यकता होगी। आप स्वयं को, अपने शरीर के बाहर लाने के लिये, प्रयत्न कर रहे हैं। आप अकेले होने चाहिए, आप शिथिल होने चाहिए, और हम सुझाव देते हैं कि सुविधा के लिये, आप, प्राथमिकता के साथ, एक बिस्तर के ऊपर लेट जाएँ। ये सुनिश्चित करें कि कोई भी अन्दर नहीं आ सकता और हमारे प्रयोग को बिगाड़ नहीं सकता। जब आप व्यवस्थित हो जाएँ, धीमे-धीमे सांस लेते हुए, इस प्रयोग पर विचार करते हुए, अपने सामने छह फुट दूरी पर, अपना ध्यान केन्द्रित करें, अपनी आँखों को बंद करें, एकाग्र करें, अपने प्रति यह सोचने की इच्छा करें, कि आप-वास्तविक आप, सूक्ष्मशरीर वाले आप, अपने शरीर को कुछ छह फुट की दूरी से देख रहे हैं। सोचें! अभ्यास करें! अपने आप को एकाग्र करें। तब, अभ्यास के साथ, आप सहसा, लगभग हल्का सा बिजली जैसा झटका अनुभव करेंगे, और आप अपने शरीर को, आँखें बंद किये हुए, छह फुट दूर लेटा देखेंगे।

पहले पहल, इस परिणाम को प्राप्त करने में काफी प्रयास करने होंगे। आप ऐसा महसूस कर सकते हैं मानो कि, आप, धक्का देते हुए, धक्का देते हुए, रबर के एक बड़े गुब्बारे के अन्दर हैं। आप धक्का दें, और खिंचाव के साथ और धक्का दें, और कुछ होता दिखाई नहीं देता। ये अधिकांशरूप से होता हुआ दिखाई देता है। और तब अंत में, सहसा, आप एकदम फटकर बाहर हो जाएँ, और तब वहाँ वास्तव में, लगभग वैसे ही हल्के से झटके का, एक बच्चे के खिलौने वाले गुब्बारे के फट जाने जैसा अनुभव होगा। घबरायें नहीं, भय को रास्ता नहीं दें क्योंकि यदि आप भय से मुक्त रहेंगे, तो आप चलते चले जायेंगे, और भविष्य में, किसी प्रकार का कोई कष्ट नहीं होगा, परन्तु यदि आप डरे हुए हैं तो आप भौतिक शरीर में वापिस कूद पड़ेंगे और आपको नये सिर से किसी दूसरे दिन शुरुआत करनी पड़ेगी। यदि आप अपने शरीर में वापिस जाते हैं, तो उसी दिन दुबारा प्रयत्न करने की कोई आवश्यकता नहीं है क्योंकि, तब आप मुश्किल से सफल हो पायेंगे। पहले आपको सोने की-आराम की-आवश्यकता होगी।

हम और आगे चलें, हम कल्पना करें कि इस सादा आसान तरीके से, आप शरीर के बाहर चले गये हैं, हम कल्पना करें कि आप, आश्चर्य करते हुए कि आगे क्या करना है, अपने भौतिक घटक के ऊपर देख रहे हैं। अपने भौतिक शरीर के ऊपर देखने के लिये परेशान न हों क्योंकि अक्सर क्षण में, आप इसे दुबारा, फिर देखेंगे! बदले में इस प्रकार प्रयास करें :-

अपने आप को, साबुन के एक घूमन्तू बुलबुले की तरह, कमरे के आसपास तैरने दें क्योंकि, अब आपका वजन उतना भी नहीं है, जितना कि साबुन के बुलबुले का होता! आप गिर नहीं सकते, आप स्वयं को घायल नहीं कर सकते। अपने भौतिक शरीर को आसानी से विश्राम दें। आप उसके साथ, वास्तव में, अपने हाड़-मॉस के खोल से सूक्ष्मशरीर में आने के लिये मुक्त होने के पहले, व्यवहार कर चुके होंगे। आप ये सुनिश्चित कर चुके होंगे कि आपका हाड़-मॉस का शरीर, पूरी तरह से आराम में था। जबतक कि आप यह सावधानी न लें, आप पा सकते हैं कि जब आप यहाँ वापिस लौटें, आपकी बांह या गर्दन, अकड़ गई हो या ऐंठ गई हो। ये निश्चित करें कि वहाँ कोई ऐसे खुरदरे किनारे न हों, जो आपकी किसी नस को दबाते हों, क्योंकि यदि, उदाहरण के लिये, आपने अपने भौतिक शरीर को इस तरह से छोड़ा कि उसकी एक भुजा गद्दे के ऊपर, किनारे से बाहर, फैली हुई है तो किसी नाड़ी के

ऊपर कुछ दबाव हो सकता है, जो आपको बाद में "सुई या पिन" चुभने जैसा आभास दे सकता है। एकबार फिर ये सुनिश्चित करें कि आपका शरीर, सूक्ष्मशरीर के प्रति, उसको छोड़ने का कुछ भी प्रयास करने से पहले, पूरी तरह से विश्राम में है।

अब अपने आप को घूमने दें, अपने आप को कमरे में तैरने दें, अलसाए ढंग से चलें—फिरें मानो कि आप साबुन का एक बुलबुला हैं, जो हवा के प्रवाह में खानाबदोश ढंग से घूम रहा है। छत (ceiling) और उन स्थानों का पता लगाएँ, जिनको आप सामान्यतः, देख नहीं सकते थे। इस प्राथमिक सूक्ष्मयात्रा के लिये अभ्यस्त हो जाएँ क्योंकि जबतक आप निष्क्रियरूप से घूमने के अभ्यस्त नहीं हैं, आप सुरक्षापूर्वक, एक कमरे के बाहर जाने की जोखिम नहीं ले सकते।

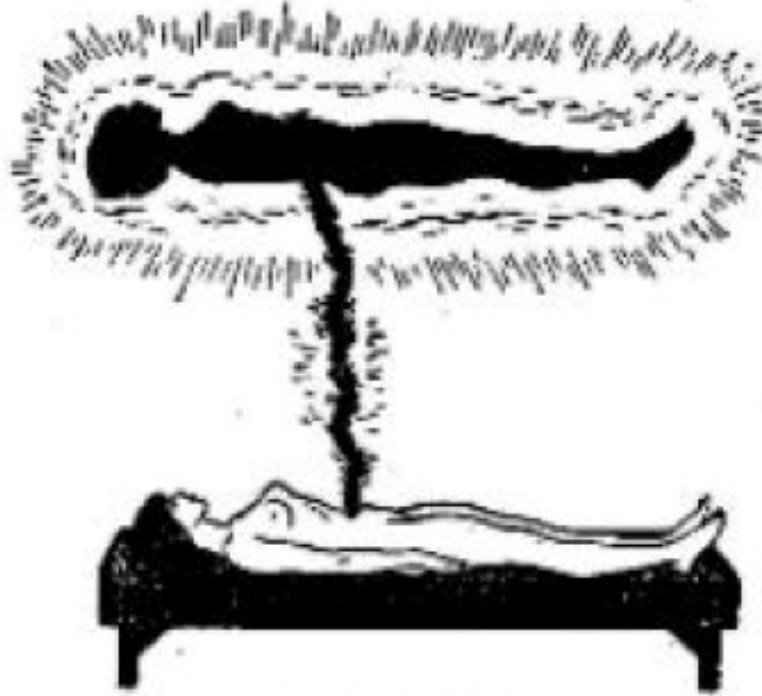
इस सब को हम कुछ दूसरे शब्दों में कहने का प्रयास करें। वास्तव में, जब आप स्वयं को ये विश्वास दिला दें कि आप ऐसा कर सकते हैं, आकाशीय यात्रा का मामला सरल है, इसमें ऐसा कुछ भी नहीं है। किन्हीं भी परिस्थितियों में, किसी भी हालत में, आपको भय अनुभव नहीं करना है, क्योंकि ये भय का स्थान नहीं है, आकाशीय यात्राओं में आप स्वतंत्रता के लिये यात्रा करते हैं। ये केवल तभी है, जबकि आप शरीर में वापिस आने पर, अपने आपको, नीचे की ओर वजनदार एक भारी शरीर के द्वारा, मिट्टी में अन्दर बंधा हुआ बंदी महसूस करें, जो आध्यात्मिक आदेशों को बहुत अच्छी तरह से जबाव नहीं देता। नहीं, आकाशीय यात्राओं में, डर के लिये, यहाँ कोई स्थान नहीं है। भय यहाँ के लिये पूरी तरह अनजान है।

हम आकाशीय यात्राओं के निर्देशों को थोड़े भिन्न शब्दों में कहने जा रहे हैं। आप अपनी पीठ के बल अपने बिस्तर पर सीधे लेटे हैं। आपने यह निश्चित कर लिया है कि आपका हर अंग आराम में है, आपका कोई भी प्रक्षेपण नसों को दबा नहीं रहा है, आपकी टांगें एक—दूसरे को क्रॉस नहीं कर रही हैं, क्योंकि यदि होता, तो उस स्थान पर, जहाँ वे एक—दूसरे को क्रॉस करतीं, बाद में एक सुन्नता (numbness) अनुभव कर सकते थे क्योंकि, आप खून के प्रवाह में हस्तक्षेप करते। संतुष्टि के साथ, शान्ति से लेटें, यहाँ परेशान करने वाले प्रभाव नहीं है, न आपकी चिंताएँ। केवल, अपने सूक्ष्मशरीर को, अपने भौतिक शरीर से बाहर लाने के संबंध में ही सोचें।

ढीला छोड़ दें और थोड़ा और अधिक ढीला छोड़ दें। धीमे से, मांस के शरीर को छोड़ते हुए और हल्की गर्मियों की हवा में, एक धुएँ के गोले की तरह ऊपर की ओर तैरते हुए, एक प्रेत की सी शक्ल की कल्पना करें, जो लगभग आपके भौतिक शरीर से मेल खाती है। इसे ऊपर उठने दें, अन्यथा अपनी आँखें बन्द करें, क्योंकि पहले दो या तीन बार में, आप चौंक सकते हैं कि आपको झटका लगेगा, और वह झटका इतना तेज हो सकता है कि सूक्ष्मशरीर, वापिस अपने शरीर में, ठीक अपने स्थान पर लुढ़क जाए।

लोग, जल्दी जल्दी, विशेष तरीके से, वैसे ही, जबकि वे नींद में गिरने वाले हों, झटका खाते हैं। अक्सर ये इतना तेज होता है कि इससे वापिस आने पर कोई पूरी तरह जग जाता है। ये झटका सूक्ष्मशरीर और भौतिक शरीर के खराब तरीके से अलग होने के कारण पैदा होता है, क्योंकि, जैसा कि हम पहले कह चुके हैं, लगभग हर एक आदमी, रात को सूक्ष्मशरीर से यात्राएँ करता है, फिर भी, इतने सारे लोग, चेतन मन से, अपनी यात्राओं को याद नहीं सकते। परन्तु सूक्ष्मशरीर की ओर पुनः वापस।

अपने सूक्ष्मशरीर को धीमे धीमे, आसानी से, अपने भौतिकशरीर से अलग होते हुए, और अपने शरीर को लगभग चार या पाँच फुट ऊपर तैरते हुए देखें। वहाँ ये आपके ऊपर धीमे धीमे हिलता हुआ, ठहरा होता है। जब आप नींद में जाने वाले हों, आपको हिलने का कुछ प्रभाव अनुभव हो सकता है; ये सूक्ष्मशरीर से हिलना था। जैसा हम कह चुके हैं, शरीर आपके ऊपर, संभवतः थोड़ा हिलते हुए और रजततंतु, जो आपकी नाभि से सूक्ष्मशरीर की नाभि तक जाती है, के द्वारा, आपसे जुड़ा हुआ (चित्र—आठ), तैर रहा है।



चित्र : 8 शरीर से बाहर निकलना

अपने अत्यधिक समीप में देखें क्योंकि हम पहले ही चेतावनी दे चुके हैं कि यदि आप चकित होंगे या झटका खायेंगे तो अपने शरीर में वापिस आ जायेंगे और किसी दूसरे अवसर पर, फिर से, नये सिर से शुरुआत करनी पड़ेगी। मान लें कि आप हमारी चेतावनी का ख्याल रखते हैं और झटका नहीं खाते हैं, तो आपका सूक्ष्मशरीर कुछ क्षणों के लिये, ऊपर तैरता रहेगा, कोई कार्य न करें, कोई कदम न उठाएँ, मुश्किल से ही सोचें, उथली सांसे लें क्योंकि ध्यान रखें, ये बाहर जाने का, चेतन रूप से बाहर जाने का, आपका पहला मौका है, और आपको सावधान रहना होगा।

यदि आप डरे नहीं हैं, यदि आपने झटका नहीं खाया है, तो आपका सूक्ष्मशरीर धीमे से, दूर तक ठहर जायेगा। ये आपके ठीक सिर तक, अथवा बिस्तर के किनारे तक जा सकता है, जहाँ अत्यन्त धीमे से, बिना किसी भी प्रकार के किसी झटके के, ये धीमे से डूबेगा ताकि पैर स्पर्श करें, और लगभग फर्श को छुएँ। तब "धीमे से उतरने की एक प्रक्रिया", आपका सूक्ष्मशरीर, आपके भौतिकशरीर को देखने में और जब यह उसे देख लेता है, तो वापिस आने में सक्षम होगा।

आपको अपने खुद के भौतिक शरीर के ऊपर देखने पर, एक काफी बेचैनी वाला अनुभव हो सकता है और हम ये संकेत कर दें कि बहुधा ये निराश करने वाला अनुभव होगा। इन अनेक में से एक, पूरी तरह त्रुटिपूर्ण विचार, कि हम कैसे लगते हैं, हो सकता है। क्या आपको याद है, जब आपने, अपनी पहली आवाज सुनी? क्या आपने अपनी आवाज टेपरिकॉर्डर के ऊपर सुनी है? स्पष्टरूप से, पहली बार आप इस पर विश्वास नहीं करेंगे कि ये आपकी आवाज थी, आप ये सोच रहे होंगे कि कोई आपके साथ चाल चल रह रहा था, अथवा टेपरिकॉर्डर खराब था।

जब कोई, पहली बार अपनी आवाज सुनता है, तो वह इसके ऊपर अविश्वास करता है, कोई भयभीत हो जाता है और अपमानित महसूस करता है। परन्तु तबतक के लिये प्रतीक्षा करें, जबतक कि आप, अपने शरीर को पहली बार नहीं देख लेते। आप वहाँ अपनी चेतना को, पूरी तरह से अपने सूक्ष्मशरीर में स्थानांतरित करते हुए, अपने सूक्ष्मशरीर में खड़े होंगे और अपने लेटे हुए भौतिक शरीर को देखेंगे, आप डर जाएंगे; आप न तो शरीर की आकृति को, न ही इसके रंग को, पसंद करेंगे। आपको चेहरे पर दिखने वाली रेखाओं से और उसके गुणों से धक्का लगेगा, और यदि आप आगे, थोड़ा और आगे बढ़ें और अपने मन में देखें, तो आपको वहाँ कुछ निश्चित छोटी-छोटी मन की मौज और भय दिखाई पड़ेंगे, जो मात्र भय के कारण, आपको अपने शरीर में वापस कूदने के लिये प्रेरित करेंगे परन्तु ये मानते हुए कि आप, अपने साथ की इस पहली मुलाकात पर डरते हुए, इसको पार पा लेंगे, तब क्या होगा? आप यह तय करें कि आप कहाँ जा रहे हैं, आप क्या करना चाहते हैं, आप क्या देखना चाहते हैं। सबसे आसान तरीका है, किसी व्यक्ति, जिससे आप अच्छी तरह परिचित हैं, संभवतः आपका नजदीकी रिश्तेदार, जो आपके पड़ोस के शहर में रहता है, के घर जाना। पहले तो ये हमेशा ऐसा व्यक्ति होना चाहिये, जिसके जहाँ आप जल्दी-जल्दी जाते रहते हैं क्योंकि, आपको विस्तार के साथ, उस व्यक्ति को देखना पड़ेगा कि, वह कहाँ रहता या रहती है और वहाँ कैसे पहुँचा जाए। ध्यान रखें कि ये आपके लिये, आपकी चेतना के साथ करने के लिये नया है। अर्थात् – और आप ठीक तरह से उसी रास्ते पर जाना चाहते हैं, जिस पर चले होते, यदि आप मांस के शरीर में होते।

अपने कमरे को छोड़ दें, गली में चलें (वास्तव में, सूक्ष्मशरीर से, परन्तु चिन्ता न करें, लोग आपको नहीं देख सकते), अपने सामने उस आदमी के प्रतिबिम्ब को रखते हुए, जिससे आप मिलना चाहते हैं, उस रास्ते से चलें, जिसपर आप सामान्यतः चलते, और वहाँ कैसे प्रवेश किया जाए। तब काफी तेजी के साथ, अत्यधिक तेजी के साथ, जितनी कि सबसे तेज चलने वाली कार आपको ले गई होती, आप अपने मित्र या रिश्तेदार के घर पर होंगे।

आप अभ्यास के साथ, कहीं भी जाने में सक्षम होंगे, आपके रास्ते में समुद्र, महासागर, पर्वत कोई बंधन नहीं होंगे, कोई रुकावट नहीं। दुनियाँ के देश और दुनियाँ के शहर, यात्रा करने के लिये, आपके होंगे।

कुछ लोग सोचते हैं कि “ओह! ये मानते हुए कि मैं जाता हूँ और वापिस नहीं आ पाता हूँ, तब क्या?” इसका उत्तर है—आप गुम नहीं हो सकते। गुम होना, पूरी तरह असंभव है। अपने आप को नुकसान पहुँचाना, अथवा ये पाना कि आपका शरीर किसी और ने ले लिया है, पूरी तरह संभव है। जब आप सूक्ष्मशरीर से यात्रा कर रहे हैं, यदि कोई आपके शरीर के पास आता है, तो शरीर चेतावनी का एक संकेत भेजता है और आपको विचार की गति के साथ, वापिस अपने “अंदर समेट लेता है।” आपको कोई हानि नहीं हो सकती। एकमात्र हानि, डर है। इसलिये आप डरें नहीं, परन्तु प्रयोग करें और हर प्रयोग के साथ, आपकी अभिलाषाओं को, सूक्ष्मशरीर से यात्रा के क्षेत्र में, आशाओं का अहसास होगा।

जब आप सूक्ष्मशरीर के मंच पर हों, चेतनापूर्वक, आप रंगों को, जैसा कि शरीर में रहते हुए देखते उससे अधिक चटकीले देखेंगे। हर चीज जीवन के साथ जगमगाएगी। आप अपने आस-पास, जीवन के कणों को भी, चिनगारियों की तरह से देख सकते हैं। ये पृथ्वी की जीवनशक्ति है, और आप इससे गुजर जाते हैं तो आप शक्ति और साहस प्राप्त कर लेंगे।

एक परेशानी यह है; आप अपने साथ कोई चीज नहीं ले जा सकते। अपने साथ कोई चीज वापिस नहीं ला सकते! वास्तव में, कुछ अवस्थाओं में ये संभव है—और यह केवल अत्यधिक अभ्यास से आता है—कि आप किसी अतीन्द्रियज्ञानी के सामने, पदार्थ रूप धारण करते हैं, परन्तु किसी व्यक्ति के पास जाना और उसके स्वास्थ्य की अवस्थाओं का पता लगाना सरल नहीं है क्योंकि, आपको वास्तव में,

उस तरह की चीजों पर विचार-विमर्श करने की आवश्यकता होगी। आप एक दुकान पर जा सकते हैं और उनके स्टॉक को देख सकते हैं और निश्चय कर सकते हैं कि अगले दिन आप क्या खरीदना चाहेंगे। इसकी पूरी तरह से इजाजत है। अक्सर, जब आप सूक्ष्मशरीर से किसी दुकान को जाते हैं तो आप कुछ सामानों में, जो ऊँची कीमत वाले हैं, कमियाँ और घटियापन देखते हैं! जब आप सूक्ष्मशरीर में हैं, और भौतिक शरीर में वापिस आना चाहते हैं, आपको शांति रखनी चाहिए, आपको, मांस के शरीर के लिए, खुद सोच लेने देना चाहिए, सोचें कि आप वापिस जा रहे हैं, कि आप अन्दर जाने के लिए वापिस जा रहे हैं। जैसे ही आप ही सोचेंगे, गति एक झटका लगेगा अथवा एक क्षणिक बदलाव भी हो सकता है। आप जहाँ कहीं भी थे, उस बिन्दु से, आपके लेटे हुए शरीर से, लगभग चार फुट ऊपर के बिन्दु तक सहसा बदलाव भी हो सकता है। आप ये पायेंगे कि आप वहाँ लहराते हुए, थोड़े बैचन हैं, ठीक वैसे ही जैसे कि, जब आपसे शरीर छोड़ा था, तब थे। अपने आप को धीमे, अत्यधिक धीमे, नीचे डूबने दें, ये धीमे से होना चाहिए क्योंकि दोनों शरीर एक-दूसरे के साथ पूरी तरह तालमेल में (synchronized) होने चाहिये।

यदि आप इसे ठीक से करेंगे तो आप सिवाय इसके कि, शरीर ठंडा और भारी हो गया है, बिना किसी झटके के, बिना किसी अनुभव के, अपने शरीर में चले जाएँगे।

यदि आप दक्ष नहीं हैं और अपने दोनों शरीरों को ठीक से सीध में नहीं लाते अथवा किसी ने आपको हस्तक्षेप किया ताकि आप झटके के साथ वापिस गये, आप पा सकते हैं कि आपको थोड़ा सिरदर्द हुआ। कुछ लगभग माईग्रेन (migraine) प्रकार का सिरदर्द। उस मामले में, आपको सोने की या स्वयं को फिर से सूक्ष्मशरीर में बाहर निकालने की कोशिश करनी चाहिए, क्योंकि जबतक आपके दोनों शरीर, वापिस एक सीध में नहीं हैं, आप सिरदर्द से छुटकारा नहीं पा सकते। इस संबंध में चिंता करने की कोई आवश्यकता नहीं है क्योंकि, इसका एक सुनिश्चित इलाज, केवल कुछ क्षणों के लिए ही सही, सोने के लिये चले जाना, अथवा चेतनापूर्वक फिर से सूक्ष्मशरीर में आ जाना है।

आप ये पा सकते हैं कि अपने मांस के शरीर में आने पर, आप कुछ कड़े हो गये हैं। आप यह पा सकते हैं कि सनसनी लगभग वैसी ही थी, जो उस सूट को पहनने में होती, जो एक दिन पहले गीला हो गया था और अभी भी गीला है सीला हुआ। जबतक कि आप इसके अभ्यस्त नहीं हो जाते तबतक अपने शरीर में वापिस आना, पूर्णरूप से सुखद अनुभव नहीं होगा, आप ये पायेंगे कि वे सुन्दर रंग, जो आपने सूक्ष्मलोक में देखे थे, हल्के पड़ गये हैं। आप मांस के शरीर में, रंगों में से अनेक, नहीं देखेंगे, ध्वनियों में से तमाम, जो आपने सूक्ष्मशरीर में सुनी, मांस के शरीर में रहने पर पूरी तरह से सुनने योग्य नहीं होंगी। परन्तु कोई बात नहीं, आप इस पृथ्वी पर कुछ सीखने के लिये हैं और जब आपने अपने बंधनों से मुक्त होना, पृथ्वी के बंधनों से मुक्त होना, वह सब सीख लिया, जो पृथ्वी पर आने के लिये आपका उद्देश्य था, और जब आप रजत तन्तु को काट दिये जाने पर, अपने मांस के शरीर को स्थाईरूप से छोड़ते हैं, तो आप सूक्ष्मलोक से काफी परे, के लोकों में होंगे।

इस सूक्ष्मशरीर के यात्राओं का अभ्यास करें, इसका अभ्यास करें, और अभ्यास करें। सभी भयों को दूर कर दें, क्योंकि यदि आपको कोई भय नहीं है, तो भय करने के लिये कुछ भी नहीं है, आपको कोई नुकसान नहीं हो सकता, केवल आनन्द।

पाठ दस

हम कह चुके हैं “डर को छोड़कर, डरने के लिए कुछ भी नहीं है।” हमें पुनः जोर देकर कहना चाहिये कि, बशर्ते एक व्यक्ति डर से मुक्त रहता है तो सूक्ष्मशरीरी यात्राओं में किसी भी प्रकार का कोई खतरा नहीं है, कोई कितना दूर या कितनी तेजी से जाता है, इसकी कोई वजह नहीं। परन्तु आप ये पूछ सकते हैं, फिर वहाँ डरने को क्या है? हमें इस पाठ को डर, और ऐसा क्या है, जिससे नहीं डरा जाना चाहिये, के विषय के ऊपर करने दें!

भय एक बड़ा नकारात्मक रवैय्या (negative attitude) है, रवैय्या, जो हमारे अन्दर की बारीक दृष्टि को बिगाड़ता है। कोई बात नहीं कि हम किससे डरते हैं, किसी भी प्रकार का भय नुकसान पहुँचाता है।

लोग डर सकते हैं कि वे सूक्ष्म अवस्था में जाने पर, शरीर में वापिस आने में सफल नहीं होंगे। शरीर में वापिस आना हमेशा संभव है, जबतक कि कोई, वास्तव में, मर नहीं रहा हो, जबतक कि कोई उसे पृथ्वीलोक पर आवंटित जीवन के काल से अंत तक न आ पहुँचा हों और तब आप इससे सहमत होंगे कि इसका सूक्ष्मशरीरी यात्राओं से कोई लेनादेना नहीं है, हमको यह स्वीकार करना चाहिए कि एक आदमी इतना डर सकता है कि वह डर के मारे लकवा खा जाए, और तब उस मामले में कोई कुछ नहीं कर सकता। ऐसी किसी अवस्था में कोई व्यक्ति सूक्ष्मशरीर में और इतना अधिक डरा हुआ हो सकता है कि उसका सूक्ष्मशरीर हिलने लायक भी न हो। वास्तव में, ये कुछ समय के लिये सूक्ष्मशरीर को, भौतिक शरीर में आने से रोकता है, जबतक कि भय की तीव्रता कम न हो जाए। भय समाप्त हो जाता है, आप जानते हैं, कोई भी सनसनी, किसी निश्चित समय के लिए ही बनी रह सकती है। इसलिये एक व्यक्ति, जो भौतिक शरीर में, अपनी आदर्श सुरक्षित वापिसी को लेकर डरा हुआ है, मात्र विलम्बित ही कर सकता है।

सूक्ष्मशरीर में, हम अकेले ही जीवन के प्रकार नहीं होते, ठीक वैसे ही जैसे कि इस पृथ्वी पर, केवल मनुष्य ही जीवन के प्रकार नहीं हैं। हमारे इस विश्व में, हमारे साथ बिल्ली, कुत्ते, घोड़े और चिड़ियों जैसे आनन्द देने वाले, कहने के लिए थोड़े से ही सही, (दूसरे) प्राणी भी हैं; परन्तु कुछ दुखी करने वाले प्राणी, मकड़ी जो काट लेती है अथवा सांप जो जहर उगलता है, भी हैं। यहाँ कुछ आनन्द रहित चीजें भी हैं जैसे जीवाणु, सूक्ष्मकीट और दूसरी बहुत अप्रिय और अनिष्टकर चीजें। यदि आपने जीवाणुओं को उच्चशक्ति वाले सूक्ष्मदर्शी के नीचे देखा हो तो आप ऐसे काल्पनिक जीव देखेंगे, जिनकी आप केवल कल्पना ही कर सकते हैं, जो कि मशहूर परीकथाओं के अजगरों के समय में, जीवित रहते थे। उनकी तुलना में, जिन्हें आप यहाँ पृथ्वी पर देख सकते हैं, सूक्ष्मलोक में अनेक अजनबी चीजें हैं।

सूक्ष्मशरीर में हम ध्यान देने योग्य प्राणियों को अथवा लोगों को अथवा अस्तित्वों को मिलेंगे। हम प्रकृति की आत्माओं (nature spirirs) को देखेंगे; ये वैसे ही, अधिकांशरूप से भली और सुखद होती हैं। परन्तु और कुछ भयानक प्राणी भी हैं, जो पौराणिक कथाओं और किंवदंतियों के लेखकों के द्वारा देखे गये थे, क्योंकि ये प्राणी अय्यास प्रवृत्ति के दैत्य, और दंत कथाओं के विभिन्न राक्षस समझे जाने वाले प्राणी होते हैं। इनमें से कुछ प्राणी, निम्न तत्व (low elements) होते हैं, जो बाद में मानव हो सकते हैं या वे पशु जगत में भी जा सकते हैं। वे जो कुछ भी हों, अपने विकास की इस स्थिति में, वे पूरी तरह से असुखद हैं।

यहाँ एक क्षण के लिये, ये बताने के लिए रुकना अधिक ठीक होगा कि, घोर शराबी, जो “गुलाबी हाथियों” को और विभिन्न प्रकार के अनेक दूसरे आभासों को देखते हैं, वास्तव में, उस प्रकार की जीवों को ठीक से देख रहे होते हैं! पियककड़ वे लोग हैं, जिन्होंने अपने सूक्ष्मशरीर को, अपने भौतिक शरीर से बाहर और सूक्ष्मलोकों के निम्नतम तलों पर कर दिया है। यहाँ वे, वास्तव में, भयानक

जीवों से मिलते हैं, और जब पियक्कड़ बाद में होश में आता है—जैसा कि वह हमेशा करता है! — उसके अनुभव, उन चीजों की, जो उसने देखीं, पूरी जीवंत स्मृतियाँ उसके पास हैं। जबकि पूरी तरह से पी लेना, सूक्ष्मशरीर में आने का और उसे याद रखने का, ये भी एक तरीका है। ये वह नहीं है, जिसकी हम सिफारिश करें क्योंकि ये किसी को बहुत नीचे, सूक्ष्मलोक के सबसे नीचे गिरे हुए तले को ले जाता है। चिकित्सीय पेशेवरों द्वारा, खासतौर से मानसिक रोगियों के अस्पतालों में, कुछ दवाईयाँ अब उपयोग में हैं, जो इसीप्रकार का प्रभाव दिखाती हैं। उदाहरण के लिये मैस्केलाइन (mescaline), किसी के कम्पनों को इतना बदल सकती है कि वह, अपने भौतिक शरीर से पूरी तरह बाहर निकल जाता है और गुलेल की तरह से सूक्ष्मलोकों में फेंक दिया जाता है। यहाँ फिर से, यह वह तरीका नहीं है, जिसकी सिफारिश की जाए। दवाईयाँ और दूसरे तरीके, वास्तव में, भौतिक शरीर के बाहर आने के लिये नुकसानदायक हैं, वे आत्मा को नुकसान पहुँचाते हैं।

परन्तु अब अपने मूलतत्त्वों (fundamentals) की तरफ लौटें। मूलतत्त्वों से हमारा क्या आशय है ? ठीक है, मूलतत्त्व, आत्मिक जीवन (sprit life) के प्राथमिक रूप हैं। वे विचार आकृतियों (thought forms) से एक चरण ऊपर हैं। ये विचार आकृतियाँ, मात्र, मानव मस्तिष्क के चेतन अथवा अचेतन से निकली हुई होती हैं और इनमें केवल, स्वयं का एक छद्म जीवन होता है। विचार आकृतियाँ, पुरातन मिस्र के पुजारियों द्वारा पैदा की जाती थीं, ताकि, महान फराओ (Great Pharaos) तथा प्रसिद्ध रानियों के ममी बनाये गये (mummified) मृत शरीरों को, उन लोगों से बचाये रखा जा सके, जो उनके प्राचीन मकबरों का तिरस्कार करते थे। विचार आकृतियाँ, इस विचार के साथ बनाई जाती हैं कि वे आक्रामकों को दूर भगायेंगी, और आने वाले अतिक्रमणकारियों के चेतन मन से टकराकर, उन्हें अत्यधिकरूप से, इस हद तक आतंकित कर देंगी कि उनको चोरों की तरह भागना पड़ेगा। हम विचार आकृतियों से सम्बंधित नहीं हैं, क्योंकि ये मनविहीन अस्तित्व हैं, जो बहुत पहले मरे हुए पुजारियों द्वारा, आवेशित किये गये हैं और घुसपैठियों से मकबरों की सुरक्षा करने के लिये, निश्चित कार्यों को अंजाम देने के लिये, रचे गये हैं। अभी इस समय केवल हम मूलतत्त्वों से संबंधित हैं।

मूलतत्त्व, जैसा हम कह चुके हैं, विकास के (क्रम में) प्रथम चरणों वाली आत्माएँ हैं। मोटे तौर पर, आत्मा के लोक, सूक्ष्मशरीरी लोक में, उनकी स्थिति वैसी ही होती है, जैसी कि मानवलोक में, बंदरों की होती है। बंदर, गैर जिम्मेदार, शैतान, बात-बात में ईर्ष्यालु और अनैतिक होते हैं, और उनके पास, स्वयं की बड़ी तार्किक शक्ति नहीं होती। वे, जैसा कि कोई कह सकता है, प्रोटोप्लाज्म (protoplasm) के जान डाले हुए डेले जैसे होते हैं। परन्तु, मूलतत्त्व, सूक्ष्मशरीरी लोक में करीब वैसी ही स्थिति रखते हुए, जैसी कि मानवलोक में बंदर रखते हैं, ऐसी आकृतियाँ हैं, जो न्यूनाधिक (more or less) निरुद्देश्य चलती रहती हैं, वे ऊटपटांग बातें करती हैं और भयानक डराने वाले हावभाव दिखाती हैं, वे उस व्यक्ति को, जो आकाशगमन कर रहा हो, धमकाने वाले प्रस्ताव देती हैं, परन्तु, वास्तव में, वे कोई हानि नहीं पहुँचा सकतीं। हमेशा ये बात ध्यान में रखें; वे कोई हानि नहीं पहुँचा सकतीं।

यदि आप, कभी मानसिक अस्पताल जाने के लिये दुर्भाग्यशाली रहे हैं और (आपने) पागलपन के वास्तविकरूप से खराब, मामलों को देखा है, आपको यह जानकर, उस तरीके पर, जिनमें उन खराब प्रकरणों में से कुछ, किसी के पास आते हैं और संभवतः अर्थहीन तरीके से इशारे करते हुए, धमकी देते हैं, धक्का लगेगा। वे लार टपकाते हैं और अर्थहीन बातें करते हैं, परन्तु यदि, उनको निचली मानसिक अवस्था का मानते हुए, निश्चयपूर्वक उनका सामना किया जाये, वे हमेशा पीछे हट जाते हैं।

जब आप निचले आकाशीय लोकों से गुजरते हैं, तो आप ऐसे लोगों में से कुछ, बहुत ही विचित्र प्रकार के अनजान जीवों से मिल सकते हैं। कई बार, यदि कोई यात्री संकोची स्वभाव का है, तो ये प्राणी उसके आसपास झुण्ड बना लेते हैं और उसमें घबराहट पैदा करने की कोशिश करते हैं। उसमें कोई नुकसान नहीं है। जबतक कि उनसे कोई डरे नहीं, वे वास्तव में, पूरी तरह हानिरहित होते हैं।

जब कोई, आकाशगमन की शुरुआत ही कर रहा है, वह ऐसे निम्न अस्तित्व वाले दो या तीनों से मिलेगा। ये अकसर, पड़ोस में इकट्ठे होते हुए और ये देखते हुए कि कोई बाहर कैसे निकलता है, लगभग उसी तरीके से जैसे कि किसी निश्चित प्रकार के व्यक्ति, हमेशा एक नौसिखिये वाहन चालक को, पहली बार कार बाहर निकालते देखने के लिये इकट्ठे हो जाते हैं। दर्शक, हमेशा यह आशा करते हैं कि कुछ भयंकर और उत्तेजक बात होगी, और कईबार अथवा अधिक सामान्यतः, यदि नौसिखिया झाड़वर घबराया हुआ (flustered) है, वह (पुरुष अथवा अधिक सम्भवतः महिला) किसी पत्थर, खम्भे या किसी दूसरी चीज से टकरायेगा, जिससे देखने वालों को बड़ी खुशी होगी। इसप्रकार, दर्शक कोई नुकसान नहीं करते, वे मात्र एक सस्ता सा झटका लाने के लिये, सनसनीखेज खबरें फैलाने की कोशिश करते हैं। इसलिये इन मूलतत्त्वों के साथ, वे केवल सस्ते मनोरंजन के लिये बाहर आते हैं। वे आदमियों की व्याकुलता को देखना पसन्द करते हैं, इसलिये, यदि आप किसी प्रकार का भय प्रदर्शित करेंगे, ऐसे मूलतत्त्व प्रसन्न होंगे और अपने तीखे और धमकी भरी तरीकों से, इशारेबाजी की अपनी चेष्टाओं को जारी रखेंगे। वास्तव में, वे किसी भी प्रकार का, कुछ नहीं कर सकते, मनुष्यों की दृष्टि से वे कुत्तों की तरह हैं, जो केवल भौंक सकते हैं, और भौंकता हुआ कुत्ता कभी काटता नहीं। और आगे, वे केवल आपको परेशान कर सकते हैं, यदि आप भय के माध्यम से, उन्हें ऐसा करने की इजाजत दे दें।

कोई भय नहीं रखें, आपको कुछ भी नहीं हो सकता। आप अपने शरीर को छोड़ें, सूक्ष्मशरीर में तैरें, और सौ में से लगभग नब्बे या निम्नानवे बार तक, आपको ये छोटे अस्तित्व दिखाई नहीं देंगे। आप उन्हें फिर, केवल तभी देखेंगे, जब आप खुद डरे हुए हों। सामान्यतः आप बाहर और उनके राज्य के बाहर निकलेंगे, वे सूक्ष्मलोक के ठीक निचले तले में इकट्ठे होते हैं, ठीक वैसे ही, जैसे कि, कीड़े मकोड़े, नदी या सागर की तली में झुण्ड बनाते हैं।

जब आप सूक्ष्मलोकों में ऊपर चलेंगे, तो आप, अनेक ध्यान देने योग्य घटनाओं से मिलेंगे। आप दूरी पर प्रकाश की बड़ी चमकदार आभा को देख सकते हैं। ये अस्तित्व के उन लोकों से हैं, जो वर्तमान में आपकी पहुँच के परे हैं। अपने कुंजीपटल का ध्यान करें ? मानव-अस्तित्व, जब वह मांस के शरीर में होता है, केवल तीन या चार "सुरों" के प्रति सजग हो सकता है, लेकिन शरीर से बाहर निकलने और आकाशीय लोकों में प्रवेश करने के बाद, आपने अपने "सुरों" की परास को थोड़ा सा ऊपर की ओर, बढ़ा लिया है, आपने इस परास को, अपने आप से आगे, महान चीजों के प्रति सजग होने के लिये काफी बढ़ा लिया है। इनमें से कुछ चीजें, चमकीली रोशनियों, जो कि इतनी चमकीली हैं कि उन्हें आप वास्तव में देख नहीं सकते कि वे क्या हैं, के द्वारा निरूपित की जाती हैं।

परन्तु, कुछ समय के लिये, हम अपने आप को, मध्य सूक्ष्मशरीरी लोक तक संतुष्ट रखें। यहाँ आप अपने दोस्तों अथवा रिश्तेदारों से मिल सकते हैं, आप विश्व के नगरों की यात्रा कर सकते हैं और बड़ी-बड़ी इमारतों को देख सकते हैं, आप अनजान भाषाओं की पुस्तकें पढ़ सकते हैं, क्योंकि ध्यान रखें, मध्य सूक्ष्मशरीरी लोकों में आपको सभी भाषायें ज्ञात होती हैं। आपको केवल, आकाशीय यात्राओं को करने के अभ्यास की आवश्यकता है। यहाँ वर्णन किया जाता है कि यह कैसा है, एक वर्णन, जो आपके अभ्यास के साथ, आपका अनुभव हो सकता है।

दिन बूढ़ा हो चुका था और बैगनी सांझ, धीमे-धीमे काली, और काली, होती गई, जबतक कि अंत में, आकाश नीला और फिर काला नहीं हो गया, को छोड़ती हुई, रात की छायायें गिरने लगी थीं। हल्की रोशनियाँ चारों तरफ उग आई थीं, सफेद नीली सी (bluish white) रोशनियाँ, जिन्होंने गलियों को प्रकाशित किया, पीली सी रोशनियाँ, जो घरों के अंदर थीं, शायद वे पर्दों (blinds), जिनमें से वे दिख रही थीं, के द्वारा, कुछ रंगी-पुती हुई सी थीं।

पूरी तरह से शिथिल हुआ शरीर, पूरी चेतन अवस्था में, बिस्तर में आराम कर रहा था। धीमे-धीमे वहाँ, चटखने का एक हल्का सा अनुभव हुआ, ऐसा अनुभव जैसे मानो कि कुछ चीज हटती

हुई तैर रही हो। फिर पूरे शरीर में, हल्की से हल्की खुजली हुई। धीरे-धीरे अलगाव हुआ। झुके हुए शरीर के ऊपर, चमकदार रजत तन्तु के आसपास, एक बादल जैसा बना। बादल, अलग तरीके से, स्याही के बड़े धब्बे की तरह से, हवा में तैरता हुआ प्रतीत हुआ। धीमे-धीमे, ये मानव शरीर की आकृति में बन गया, ये बना और लगभग तीन-चार फुट ऊपर उठा, जहाँ ये हिला और घूम गया। कुछ सेकण्डों में सूक्ष्मशरीर थोड़ा ऊपर उठा और, तब पैर घूम गये। धीमे से, ये नीचे की तरफ डूबा, ताकि ये बिस्तर पर, भौतिक शरीर को देखते हुए, जो ठीक अभी छोड़ा गया था और जिसके साथ, ये अभी भी संलग्न था, पैर नीचे किये हुए, खड़ा हो गया।

कमरे में टिमटिमाती हुई छायायें, खाड़ी में अजनबी जानवरों की भौंति, कोनों में खिसक गई। रजत तन्तु कंपन कर रही थी और एक धुंधली चांदी की नीली रोशनी के साथ चमक रही थी। सूक्ष्मशरीर, खुद अपने किनारे पर, नीले रंग से चमक रहा था। सूक्ष्मलोक में आकृति दिखाई दी और लगभग तभी उसने बिस्तर में आराम से लेटे हुए भौतिक शरीर की ओर देखा। आँखें अब बंद थीं, सांस शांत और हल्की थी। कोई हलचल नहीं, कोई फड़कन नहीं, शरीर आराम से लेटा हुआ लग रहा था। रजत तन्तु कंपन नहीं कर रहा था, इसलिये वहाँ बैचेनी का कोई सबूत नहीं था।

सूक्ष्मशरीर की आकृति, संतुष्ट होते हुए, शांति से और धीरे से, हवा में ऊपर उठी। कमरे की छत में होकर और छत के ऊपर होकर, और तब रात की हवा में एकदम बाहर गुजरी। रजत तन्तु लंबा होता गया परन्तु मंदा नहीं हुआ, मोटाई में घटा नहीं। ये ऐसा था मानो कि, सूक्ष्मशरीर की आकृति, किसी घर से, जो कि भौतिक शरीर था, रस्सी से बंधा हुआ एक गैस भरा गुब्बारा हो। सूक्ष्मशरीर तबतक उठा, जबतक कि वह छत से पचास, सौ, दो सौ फीट ऊपर नहीं हो गया। वहाँ वह रुका, आराम से ठहरा और आसपास देखा।

गली के साथ वाले घरों से और बाहर दूर की गलियों के घरों से, धुंधली नीली रेखायें, जो दूसरे लोगों की रजत तन्तुयें थीं, उभरीं। वे ऊपर, और ऊपर, की ओर बढ़ती गईं और कुछ असीम दूरी में जाकर, गायब हो गईं। लोग हमेशा रात को यात्रा करते हैं, भले वे इसे जानें या न जानें, परन्तु केवल कुछ अनुग्रह प्राप्त ही, जो अभ्यास करते हैं, अपने पूरे ज्ञान के साथ, जिसे उन्होंने प्राप्त किया है, वापस आते हैं।

ये विशेष सूक्ष्मशरीर की आकृति, आसपास देखते हुए, ये निश्चय करते हुए कि कहाँ जाना है, छतों के ऊपर तैर रही थी। अंत में इसने किसी दूर, काफी दूर, स्थान की यात्रा करने की सोची। निर्णय लेने के क्षण, ये अकल्पनीय गति से, लगभग विचारों की गति से घूमनी शुरू हुई। लोक के पार, समुद्रों के पार, और इसने, ऊपर की ओर उछाल के साथ, समुद्र में नीचे भी, बड़ी सफेद तरंगों को लांघा। यात्रा के एक स्थान पर, इसने अपनी सभी बत्तियाँ जलाये हुए, और डेक पर से संगीत की आवाजें आते हुए एक बड़े जहाज, जो उफनते हुए समुद्र के ऊपर दौड़ लगा रहा था, को भी भेदा। सूक्ष्मशरीर की आकृति (की गति) समय को पछाड़ने के साथ और तेज हो गई। रात्रि ने, पहले से ही, शाम के लिये पथ छोड़ दिया था; सूक्ष्मशरीर समय के साथ दौड़ रहा था, रात ने शाम के लिये छोड़ दिया और बदले में शाम पीछे छूट गई, और ये देर शाम हो गई। देर शाम, आगे निकल गई और स्वयं दोपहर हो गयी। अंत में, सूक्ष्मशरीर की आकृति ने, उस चमकीली धूप में, अत्यन्त प्रिय लोगों के साथ, बहुत दूर के स्थान, एक अत्यन्त प्रिय लोक को देखा, जिसे वह देखने आई थी और धीरे-धीरे वह सूक्ष्मशरीर की आकृति, उन लोगों के बीच में, जो कि भौतिक शरीर में थे, अनदेखे, अनसुने, पृथ्वी में समा गई।

अंत में वहाँ हठी, झटके देती हुई, ऐंठन करती हुई, रजत तन्तु आई। बहुत-बहुत दूर, उस भिन्न लोक में, भौतिक शरीर, जो पीछे छोड़ दिया गया था, दिन के निकलने का अनुभव कर रहा था और अपने सूक्ष्मशरीर को वापस बुला रहा था। सूक्ष्मशरीर ने इसे कुछ क्षणों के लिये टाला, परन्तु अंत में, चेतावनी को और अधिक अनदेखा नहीं किया जा सकता था। छायादार आकृति, हवा में ऊपर उठी,

घर की ओर आते हुए पालतू कबूतर की तरह, एक क्षण के लिये गतिहीन हो कर रुकी, और तब तेजी से, लोक के बादलों के ऊपर होकर, पानी के ऊपर, चमकती हुई और फिर अपनी छत के ऊपरी हिस्से (roof top) की ओर वापस चल दी। दूसरे तन्तु भी कॉप रहे थे, दूसरे लोग अपने भौतिक शरीरों को लौट रहे थे, परन्तु ये विशेष सूक्ष्मशरीरी आकृति, उस छत में से नीचे डूबी, छत के निचले हिस्से (ceiling) से होकर, सोते हुए अपने भौतिक शरीर के ऊपर उभरी। हल्के से, धीमे से, वह नीचे उतरी और उसने भौतिक शरीर के ऊपर, खुद की ठीक-ठीक स्थिति बना ली। ये, धीमे से, हल्के से, अनन्त सावधानी के साथ उतरी और भौतिक शरीर के साथ मिल गई। एक क्षण के लिये, तीखी ठण्ड की, आलस्य की अनुभूति हुई, जैसे धूसर सीसे का बना हुआ एक बजन, नीचे को दबा रहा हो। हल्केपन, स्वतंत्रता की भावना चली गयी, सूक्ष्मशरीर में भडकीले रंगों के अनुभव हुए, बदले में यहाँ ठण्ड थी। ऐसा लगा मानो कि, एक गरम शरीर, गीले कपड़ों में अंदर घुस रहा हो।

भौतिक शरीर हिला और आँखें खुलीं। खिड़कियों के बाहर, दिन के पहले प्रकाश की किरणें, जो क्षितिज के ऊपर दिखाई दे रही थीं, निकलने के साथ शरीर हिला और (उसने) कहा, “मुझे रात के अपने सभी अनुभव याद हैं।”

इसप्रकार के अनुभव आपको भी हो सकते हैं, आप भी आकाशीय यात्रा कर सकते हैं, आप उन लोगों को देख सकते हैं, जिन्हें आप प्यार करते हैं, उन लोगों, जिन्हें आप प्यार करते हैं और आपके बीच के बंधन, जितने मजबूत होंगे, उतनी ही अधिक आसानी के साथ, आप यात्रा कर सकते हैं। इसमें केवल अभ्यास, और अभ्यास, की आवश्यकता है। पुरानी पूर्वी कहानियों के अनुसार, काफी-काफी पहले दिनों में, संपूर्ण मानवजाति, सूक्ष्मशरीरी से यात्रायें कर सकती थी परन्तु, अनेक लोगों ने इस विशेषाधिकार का दुरुपयोग किया, इसलिये वह इससे हटा दिया गया। उन लोगों के लिये, जो विचारों में शुद्ध हैं, जो अपने मन में शुद्ध हैं, अभ्यास, इस भारी खुशामदी (cloying) शरीर के बजन को हल्का कर देगा, और किसी को, जहाँ कहीं भी वह जाना चाहता है, जाने के योग्य बनायेगा।

आप इसे पाँच मिनट में नहीं कर सकेंगे, और न ही पाँच दिनों में। आपको यह “कल्पना” करनी चाहिये कि आप इसे कर सकते हैं। आप जो कुछ भी विश्वास करते हैं, आप वही हो जाते हैं। आप जो कुछ भी विश्वास करते हैं, कि आप कर सकते हैं, उसे आप कर सकते हैं। यदि आप वास्तव में विश्वास रखते हैं, यदि आप गंभीररूप से विश्वास करते हैं कि यदि आप कोई काम कर सकते हैं, तो आप निश्चितरूप से वह काम कर सकते हैं। विश्वास रखें, और विश्वास रखें, और अभ्यास के साथ, आप आकाशीय यात्रायें करेंगे।

फिर, डरें नहीं क्योंकि, आकाशीय यात्राओं में कोई आपको नुकसान नहीं पहुँचा सकता, कितना भी भयानक, मामला क्यों न हो, निम्न अस्तित्व वाले प्राणियों, जिन्हें आप देख सकते हैं, परन्तु देखेंगे नहीं, का चेहरा कितना भी डरा देने वाला क्यों न हो, वे आपका कुछ नहीं कर सकते, जबतक कि आप डरे हुए न हों। भय की पूरी तरह से अनुपस्थिति, आपको पूरी सुरक्षा प्रदान करती है।

इसलिये आप अभ्यास करेंगे, आप ये तय करेंगे कि आप कहाँ जा रहे हैं ? अपने बिस्तर पर लेट जायें, आप वास्तव में, अपने बिस्तर पर अकेले हों, और स्वयं को कहें कि आज रात आप अमुक-अमुक स्थान को, अमुक-अमुक व्यक्ति को मिलने के लिये जा रहे हैं, और जब आप सुबह जगेंगे तो आप हर चीज, जो आपने की, को याद रखेंगे। अभ्यास ही वह सारी चीज है, जो इस प्राप्य को सफल बनाने के लिये आवश्यक है।

पाठ ग्यारह

आकाशीय यात्राओं का विषय, वास्तव में, अत्यधिक महत्व का है, और इस बजह से, इस पाठ में, काफी मोहित करने वाले समय को गुजारने के सम्बंध में, अधिक नोट्स देना लाभप्रद होगा।

हम सलाह देते हैं कि आप इस पाठ को ध्यान से पढ़ें, इसे वैसे ही धैर्यपूर्वक पढ़ें, जैसेकि आपने दूसरे पाठों को पढ़ा है, और तब, अपने प्रयोग की शाम से कुछ दिन पहले, किसी शाम को निश्चित करें। अपने आप को ये सोचते हुए तैयार करें कि, चुनी गयी शाम को, आप शरीर के बाहर जा रहे हैं, और उस सब कुछ, जो हो रहा है, के प्रति पूरी तरह से सजग रहेंगे।

जैसा आप जानते हैं, पहले से निश्चय करना कि हमें क्या करना है, अपने आप में एक बड़ी तैयारी होती है। पुराने जमाने के पुरातन लोग, मंत्रोच्चार (incantation) का उपयोग करते थे, दूसरे शब्दों में, वे एक मंत्र का जाप करते थे (जो प्रार्थना का एक रूप है), और जिसका अपना उद्देश्य, अचेतन को अपने वश में कर लेना था। अपने मंत्र के जाप के द्वारा, चेतनमन—हमारा मात्र दसवाँ भाग—अवचेतन मन को अनिवार्य आदेश भेज सकने में सफल (होता) था। आपको इसप्रकार का एक मंत्र कहना चाहिये:—

“अमुक—अमुक दिन, मैं आकाशीय यात्रा करने वाला हूँ, और मैं, जो कुछ भी मैं करता हूँ, उसके प्रति, पूरे समय जागरूक रहने वाला हूँ, और जो कुछ मैं देखूँगा, उसके प्रति पूरी तरह जागरूक रहूँगा। मैं इसको पूरी तरह याद रखूँगा और जब मैं अपने शरीर में आऊँगा, अपनी याददाश्त को पूरी तरह वापस बुला लूँगा। मैं इसे बिना किसी असफलता के करूँगा।”

आपको यह मंत्र, तीन—तीन के समूहों में दोहराना चाहिये, अर्थात् आप इसे कहें, और कहने के बाद इसे दोहरायें और दोहराने के बाद, इसे एकबार फिर पक्का करें। ये कुछ—कुछ, इस प्रकार कहने की तकनीक है : कोई एक कुछ कहता है, तो ये उसके अवचेतन को सावधान करने के लिये पर्याप्त नहीं है क्योंकि, कोई हमेशा, कुछ न कुछ बातों को कहता ही रहता है, और हम सुनिश्चित हैं कि अवचेतन मन ये सोचता है कि हमारा चेतन भाव बातूनी! है और हमेशा बातें करता ही रहता है। अपने मंत्र को कहने के बाद, जबकि अवचेतन मन (अभी) पूरी तरह से जागरूक नहीं हुआ है, दोबारा वे ही शब्द फिर कहे जाते हैं, और वे खासतौर से वे ही शब्द कहे जाने चाहिये। अवचेतन मन, इस पर ध्यान देना शुरू करता है। तीसरी बार पक्का किये जाने पर अवचेतन मन—कोई कह सकता है—आश्चर्य करता है कि ये सब किसके बारे में है, और अपने मंत्र को पूरी तरह से ग्रहण करता है, और तब मंत्र प्राप्त करके जमा लिया जाता है। मान लो, आप इस संकल्प (affirmation) को तीन बार कहते हैं, और तब आप इसे सुबह कहना चाहेंगे (जब आप, वास्तव में अकेले हों), दोपहर में, और फिर से शाम को और फिर से सोने के ठीक पहले। ये एक कील ठोकने की भांति है; तुम्हारे पास कील है, तुम इसे लकड़ी में, एक बिन्दु पर ठोकना चाहते हो, परन्तु एक चोट ही काफी नहीं है। तुम्हें इसके ऊपर तबतक चोटें लगानी पड़ेंगी, जबतक कि कील लकड़ी में वांछित गहराई तक नहीं चली जाती। ठीक इसी तरह से, संकल्प चोट लगाते हैं, जो वांछित कथन को, अवचेतन मन की सजगता में ले जाता है।

ये किसी भी तरीके से, कोई नई युक्ति नहीं है, ये उतनी ही पुरानी है जितनी कि स्वयं मानवता। क्योंकि काफी पुराने—पुराने दिनों के लोग, इन मंत्रों और संकल्पों के बारे में, काफी कुछ जानते थे। केवल इतना है कि हम इस आधुनिक काल में, इसे भूल चुके हैं, या शायद, इस पूरे मामले में, इसके लिये दोषदर्शी (cynical) हो गये हैं। इस कारण से, हम आपसे दवाब डालते हुए गुहार लगाते हैं कि, आप अपने संकल्पों को स्वयं से कहें और किसी को उनके बारे में पता न लगने दें क्योंकि, यदि दूसरे, शकी स्वभाव के लोग, उनके बारे में जान जायेंगे तो वे आपके ऊपर हँसेंगे और शायद, आपके मन में संदेह पैदा कर देंगे। ये, लोगों का हंसना और शक पैदा करना ही है, जिसने

प्रौढ़ों को स्वभाविक आत्माओं और दूरानुभूतिपूर्ण जानवरों के साथ, बातचीत करने रोका हुआ है। इसको ध्यान में रखें।

आप एक उपयुक्त दिन की शाम तय कर चुके होंगे, और उस दिन, जब वह (दिन) आ जाता है, आप एकदम शांत रहने का, स्वयं के साथ और दूसरों के साथ भी, शांति में रहने का, पूरा-पूरा प्रयास करें। ये अत्यन्त महत्वपूर्ण है। आपके अंदर, किसी प्रकार की ऊहापोह (conflict), जो आपको उत्तेजित करने का कारण बने, नहीं होनी चाहिये। उदाहरण के लिये, मान लीजिये, उस दिन आपने किसी के साथ तेज बहस की, तो आप ये सोचते रहेंगे कि यदि आपको सोचने का अधिक समय मिला होता, तो आप ये कहते, आप उन चीजों के बारे में सोचेंगे, जो आपको (दूसरे पक्ष द्वारा) कही गई थीं, और आपका पूरा ध्यान, आकाशीय यात्राओं में केन्द्रित नहीं होगा। यदि आप उस प्रस्तावित दिन को, परेशान या दुखी हैं, तो अपनी आकाशीय यात्रा की चेतना को किसी अन्य शांतिपूर्ण दिन तक के लिये स्थगित कर दें। परन्तु ये मानते हुए कि, हर चीज शांत है और आप आनन्ददायक उम्मीदों के साथ, पूरे दिन आकाशीय यात्राओं के संबंध में ही सोचते रहे हैं, ठीक वैसे ही जैसे कि, आप अपने से दूर रहने वाले किसी प्रेमी को मिलने जाने के लिये, यात्रा से पहले आशा करते हैं और जो बाद में, अंत में, ऐसा ही एक दृश्य होगी। तब अपने शयनकक्ष में जायें, और शांति रखते हुए, स्थिररूप से सांसें लेते हुए, धीमे से कपड़े उतारें। जब आप तैयार हों, अपने बिस्तर में जायें। ये निश्चित करें कि आपका रात का पहनावा, पूरी तरह से आरामदायक हो, अर्थात्, ये गर्दन के आसपास, तंग नहीं हो और न ही कमर के आसपास तंग हो, क्योंकि यदि आपको कोई परेशानी है, जैसे कि तंग गरेवान (neckband) या एक तंग नाड़ा (waist band), तो ये भौतिक शरीर को परेशान करता है और उस विशेष क्षण में, एक झटका उत्पन्न कर सकता है। देखें कि आपके शयनकक्ष का तापमान, आपके लिये सबसे अधिक सुविधाजनक हो, अर्थात्, न तो ये बहुत अधिक गरम हो और न ही बहुत अधिक ठण्डा। यदि आप बिस्तर के ऊपर हल्का सा कपड़ा बिछायें तो ये काफी अच्छा होगा क्योंकि, आप अपने ऊपर अधिक सामान के रहते हुए, किसी से दबे हुए या परेशान हुए, नहीं हो सकते।

अपने शयनकक्ष की रोशनियों को बुझा दें, और तब आप वास्तव में, ये सुनिश्चित कर सकेंगे कि आपके पर्दे बंद कर दिये गये हैं, जिससे कि प्रकाश की आबारा घूमती हुई किरणें, आपकी आँखों में गलत समय पर चकाचौंध पैदा न कर सकें। इस सारी चीज को संतुष्टिपूर्ण तरीके से जमा लेने के बाद आराम से लेट जायें।

अपने आप को व्यवस्थित करें, अपने आप को मुश्किल के आगे बढ़ने दें, अपने आप को पूरी तरह से और एकदम शिथिल करें। यदि आप कर सकते हों, तो सोयें नहीं, यद्यपि यदि आपने अपने मंत्र को सफलतापूर्वक दोहराया है, तो नींद का कोई अर्थ नहीं होगा क्योंकि आप फिर भी याद रखेंगे। हम आपको सलाह देते हैं कि यदि आप कर सकते हैं तो जगे रहें, क्योंकि, आपके शरीर के बाहर की पहली यात्रा, ये वास्तव में दिलचस्प है।

आराम से लेटे हुए—प्राथमिकता से अपनी पीठ पर—कल्पना करें कि आप अपने शरीर में से दूसरे शरीर को बाहर निकाल रहे हैं, कल्पना करें कि आपके सूक्ष्मशरीर की प्रेत जैसी आत्मा, धक्का देकर बाहर निकाली जा रही है। आप इसे पानी में तैरते हुए एक कॉर्क की तरह से तैरता हुआ, अनुभव कर सकते हैं, आप अपने मांसल शरीर के अणुओं में से इसे खिंचता हुआ अनुभव कर सकते हैं। थोड़ी सी, हल्की सी, खुजली होगी और तब वह क्षण आयेगा जब सारी खुजली, लगभग, समाप्त हो जायेगी। यहाँ सावधान रहें क्योंकि, जबतक कि आप सावधान न हों, अगला कदम थोड़ा झटका होगा और यदि आप ऐसा करते हैं तो ये झटका, तेजी से, आपके सूक्ष्मशरीर को एक झटके के साथ भौतिक शरीर में वापस ला देगा।

हम कह सकते हैं कि अधिकांश लोग, वास्तव में, लगभग प्रत्येक ने, सोने के क्षण में एक गिरने

के झटके जैसा अनुभव किया होगा। विद्वान पंडित कहते हैं कि ये उन दिनों का अवशेष है जबकि मानव बन्दर थे। वास्तव में, गिरने का यह अहसास, एक झटके द्वारा पैदा होता है, जो एक नये तैरते हुए सूक्ष्मशरीर को, वापस भौतिक शरीर में गिरने से होता है। परन्तु जो कुछ भी हो, अपने भौतिक शरीर से कुछ इंच दूर पहुँचने पर ही, सूक्ष्मशरीर के वापस गिर जाने का, सामान्यतः, एक जोरदार आक्षेप (twitch) या झटका (jerk) पाते हैं और हम बहुधा, पूरी सजगता के साथ झटका खाते हैं।

यदि आप सावधान हैं कि झटका खाने की कोई संभावना है, तो आप झटका नहीं खायेंगे, इसलिये अपने आपको परेशानियों के प्रति जागरूक बनायें, तभी आप उनसे पार पा सकते हैं। हल्की खुजली के बंद हो जाने के थोड़ा बाद, कोई हलचल न करें, और तब अचानक टण्डक होगी, ऐसा अहसास मानो कि कुछ चीज आपसे निकल गई। आपको ऐसा लगेगा कि आपके ऊपर कोई चीज है, इसे मोटे तौर से कहें, कोई आपके ऊपर तकिये गिरा रहा है। परेशान न हों, और यदि आप परेशान नहीं हुए तो, अगली चीज जिसे आप जानेंगे वह है, कि आप शायद अपने बिस्तर के सिरे पर से या शायद छत के नीचे से, नीचे की तरफ, स्वयं को देख रहे होंगे।

धैर्य के साथ अपने आपको जॉचें, जैसा कि आप अपने पहले अवसर पर, व्यवस्थित कर सकते हैं, क्योंकि आपने इससे पहले अपने आप को इतना सादा नहीं देखा होगा जैसा कि पहली बार भ्रमण पर जाने में आप अपने आप को देखेंगे, और जब आप देखेंगे कि आप वैसे नहीं हैं, जैसी कि आप आशा करते थे, निस्संदेह आप आश्चर्य के साथ चिल्ला पड़ेंगे। हम जानते हैं कि आप दर्पण में देखते हैं, परन्तु कोई भी व्यक्ति, अच्छे से अच्छे दर्पण में भी, अपने वास्तविक परावर्तन को नहीं देखता। उदाहरण के लिये, दांये-बांये आपस में बदल जाते हैं, और वहाँ दूसरे प्रकार की विकृतियाँ भी उत्पन्न हो जाती हैं। अपने आप के आमने-सामने होने जैसी कोई चीज नहीं है!

अपने आपकी जॉच करने के बाद, तब आपको कमरे में घूमने का अभ्यास करना चाहिये, किसी अलमारी में अथवा दराजों के समूहों में देखें, और ये देखें कि कितनी आसानी से आप कहीं भी जा सकते हैं। छत को नीचे से जॉच करें, उन स्थानों की, जहाँ आप सामान्यतः नहीं पहुँच सकते, जॉच करें। निस्संदेह, आपको उन स्थानों में, जहाँ आप नहीं पहुँच सकते थे, काफी धूल दिखाई देगी, और ये आपको एक दूसरा उपयोगी प्रयोग प्रदान करेगी; धूल में, अपनी अंगुलियों की छाप छोड़ने का प्रयास करें, और आप देखेंगे कि आप ऐसा नहीं कर सकते। आपकी अंगुलियाँ और आपकी भुजायें दीवाल के अंदर, किसी भी प्रकार के किसी प्रभाव के बिना, अंदर घुस जायेंगी।

जब आप संतुष्ट हों कि आप अपनी इच्छा पर, आसपास घूम सकते हैं, अपने सूक्ष्म और अपने भौतिक शरीर के बीच में देखें। क्या आप को दिखाई देता है कि आपकी रजततन्तु अभी चमक रही है ? यदि आप इससे पहले, कभी अपने पुराने लुहार की दुकान पर गये हैं, और आपको ये याद आता है कि लाल गरम धातु कैसे चमकती है, जब लुहार उसके ऊपर हथौड़े की चोट लगाता है, परन्तु इस मामले में, चैरी लाल रंग की चमक के बदले में, ये चमक नीली या पीली भी हो सकती है। अपने भौतिक शरीर से बाहर चले और आप देखेंगे कि बिना किसी प्रयास के, बिना उसके व्यास में किसी घटाव के, रजततन्तु खिचती जाती है। दोबारा फिर अपने भौतिक शरीर को देखें, और वहाँ जायें जहाँ आपने जाने की योजना बनाई थी, किसी व्यक्ति अथवा स्थान के बारे में सोचें, और किसी भी प्रकार का, कोई प्रयास न करें, केवल व्यक्ति अथवा स्थान के विषय में सोचें।

जैसे-जैसे आप छत में होकर ऊपर उठेंगे, आप नीचे अपना घर और अपनी गलियाँ देखेंगे। तब यदि ये आपकी पहली चेतन यात्रा है, आप अच्छे तरीके से, धीमे-धीमे अपने लक्ष्य की ओर आगे बढ़ें। आप, अपने नीचे के इलाके को पहचानने के लिये, काफी धीमे जा रहे होंगे। जब आप आकाशीय यात्राओं को करने के अभ्यस्त हो जायेंगे तो आप विचारों की गति से जायेंगे, और जब आप ऐसा कर सकेंगे तो जहाँ कहीं भी आप जाना चाहें, उसकी कोई सीमा नहीं होगी।

जब आप आकाशीय यात्राओं में अभ्यास कर चुके हैं तो आप, मात्र इस पृथ्वी पर ही नहीं, कहीं भी जा सकते हैं। सूक्ष्मशरीर हवा में सांस नहीं लेता, इसलिये आप अंतरिक्ष में भी जा सकते हैं, और दूसरी दुनियाँ में भी जा सकते हैं, कई लोग ऐसा करते हैं। दुर्भाग्यवश, आज के हालातों में वे ये याद नहीं रखते कि वे कहाँ गये थे। अभ्यास के साथ, आप कुछ अलग कर सकते हैं। यदि आप, उस व्यक्ति के ऊपर, जिसको आप मिलना चाहते हैं, ध्यान केन्द्रित करना मुश्किल पायें, तो यह सुझाव दिया जाता है कि आप, उस आदमी का एक फोटो अपने पास रखें, फ्रेम चढ़ा हुआ फोटोग्राफ नहीं क्योंकि यदि आपके पास, आपके बिस्तर में, फ्रेम चढ़ा हुआ फोटोग्राफ है, तो आप इसके ऊपर लुढ़क सकते हैं और कॉच को तोड़ सकते हैं, इसप्रकार आपको जख्म लग सकते हैं। एक साधारण, बिना फ्रेम किया हुआ फोटोग्राफ लें, और अपने हाथों में पकड़ें, बत्तियाँ बुझाने से पहले, फोटोग्राफ के ऊपर काफी-काफी देर तक देखें, तब बत्ती को बुझा दें और उस व्यक्ति का चित्र, जैसी कि फोटोग्राफ में आकृति थी, कल्पना में बनायें। ये आपके लिये अपेक्षाकृत आसान होगा।

कुछ लोग, यदि वे आरामदायक स्थिति में हों, यदि वे ठीक तरह से खाये हुए या गर्म हों, आकाशीय यात्रा को नहीं कर सकते। कुछ लोग सजग होकर, केवल तभी आकाशीय यात्रायें कर सकते हैं, जब वे असुविधाजनक स्थिति में हों, जब वे ठण्डे या भूखे हों, और ये वास्तव में, एक तथ्य, यद्यपि आश्चर्यजनक है, कि कुछ लोग जानबूझ कर ऐसा खा लेते हैं, जो उनके साथ ठीक नहीं बैठता, जिससे उनको अपच हो जाता है। तब वे, बिना किसी विशेष परेशानी के, आकाशीय यात्रायें कर सकते हैं। हम मानते हैं कि इसके लिये यही कारण है कि सूक्ष्मशरीर, भौतिक शरीर की असुविधाओं से हार्दिकरूप से, बीमार हो जाता है।

तिब्बत और भारत में ऐसे साधु हैं, जिनको दीवालों में बंद कर दिया गया है, जिन्होंने कभी दिन की रोशनी नहीं देखी, ऐसे साधुओं को, शायद, तीन दिन में एकबार खाना दिया जाता है, और केवल उतना ही खाना दिया जाता है, जितना उनके जीवन को बनाये रखने के लिये आवश्यक हो, जिससे कि उनके अंदर जल रही, कंपकंपाती हुई मंद सी जीवनज्योति बुझने न पाये। ये लोग सूक्ष्मशरीरी यात्राओं में, हर समय जाने में, सक्षम होते हैं, और वे कहीं भी, कभी भी, कुछ भी, सीखने के लिये आकाशीय यात्राओं में यात्रा करते हैं। वे यात्रा करते हैं ताकि, वे उन लोगों से बात सकें, जो दूरानुभूतिपूर्ण हैं, वे यात्रा करते हैं कि शायद, वे चीजों को भले के लिये प्रभावित कर सकें। संभव है कि आप, खुद की आकाशीय यात्राओं में, ऐसे कई लोगों के संपर्क में आ सकें, और यदि ऐसा होता है तो आप वास्तव में, आशीर्वाद प्राप्त होंगे, क्योंकि वे रुकेंगे और आपको सलाह देंगे और आपको बतायेंगे कि आप, आगे किस प्रकार उन्नति कर सकते हैं।

इस पाठ को पढ़ें और दुबारा पढ़ें। हम दुबारा दुहराते हैं कि केवल अभ्यास और विश्वास आवश्यक हैं, ताकि आप भी आकाशीय यात्रायें कर सकें और कुछ समय के लिए, दुनियाँ के झंझटों से मुक्त हो सकें।

पाठ बारह

आकाशीय यात्राओं, अतीन्द्रियज्ञान और ऐसे ही अमूर्तभौतिकी (metaphysical) के दूसरे मामलों में, यदि पहले एक उचित आधार तैयार कर लिया जाता है, तो उसमें लगना आसान होता है। अमूर्त भौतिकी के प्रशिक्षण के लिए, अभ्यास की बहुत आवश्यकता होती है, काफी, लगातार अभ्यास। आकाशीय यात्राओं के लिए, केवल कुछ छपे हुए निर्देशों को पढ़ लेना और तब तुरंत बिना किसी अभ्यास के आगे बढ़ जाना, संभव नहीं है। आपको निरंतर अभ्यास करते रहना चाहिए।

जबतक कि बीज एक उचित जमीन में नहीं बोये गये हों, कोई व्यक्ति किसी बाग के बढ़ने की आशा नहीं कर सकता। किसी ग्रेनाइट की चट्टान में, सुन्दर गुलाब का उगना, काफी आसमान्य होगा। क्योंकि ऐसा लगता है कि जबतक दिमाग बंद हो और सीलबंद हो, जहाँ मन, लगातार, संबंधित बुरे विचारों के किसी कोलाहल से घिरा हो, आप, अतीन्द्रियज्ञान, और किसी गूढ़ कला, (कैसी भी क्यों न हो), के फलने फूलने की अपेक्षा नहीं कर सकते। हम बाद में, शांति के साथ, अधिक विस्तार से ये बताने जा रहे हैं कि आजकल, विचारों की अनर्गल हलचल और रेडियो और टेलीविजन की निरन्तर चीखें, वास्तव में, अमूर्तभौतिकी की प्रतिभाओं की, मानोकि दम घोटती हैं।

पुराने जमाने के साधुओं ने प्रबोधित किया था “शांत हों और जानें कि मैं अंदर हूँ।” पुराने साधुओं ने, कागज पर एक शब्द भी कहने से पहले, लगभग पूरा जीवनकाल, अमूर्तभौतिकी में शोध करने में लगा दिया। फिर, उन्होंने अपने आपको, ऐसे स्थान में जहाँ तथाकथित सभ्यता का कोई शोर न हो, जहाँ कोई बाल्टी या बोटल न गिरा सके! जहाँ वे सभी परेशानियों से मुक्त हों, सुनसान में कैद कर लिया। आपको लाभ ये है कि, आप पुराने लोगों के पूरे जीवन के अनुभवों में से अधिक फायदा ले सकते हैं, और आप अपने जीवन का अधिकांश भाग अध्ययन में लगाये बिना, इस लाभ को ले सकते हैं! यदि आप गंभीर हैं, और यदि आप गंभीर नहीं होते, तो इसको पढ़ नहीं रहे होते, आप अपने आपको, अपनी आत्मा को तेजी से फैलाने के लिए तैयार करना चाहेंगे, और पहले शिथिल होना, इसको सर्वोत्तम तरीके से करने का सबसे अच्छा ढंग है।

अधिकांश लोग, ये नहीं समझते कि शब्द “शिथिल (relex)” का अर्थ क्या है। वे समझते हैं कि यदि वे एक कुर्सी पर गिर पड़ें, उतना ही काफी है, परंतु ऐसा नहीं है। शिथिल होने के लिए, आप अपने सम्पूर्ण शरीर को कोमल बनायें, आपको ये निश्चित कर लेना चाहिए कि सभी मांसपेशियाँ तनावरहित हैं। आप बिल्ली का अध्ययन करने से अधिक, अच्छा कुछ नहीं कर सकते हैं, देखें कि बिल्ली कैसे पूरी तरह से “छोड़ देती है (lets go)।” बिल्ली आयेगी, कई बार घूमेगी और तब कर्मावेश एक आकृतिहीन ढेर के रूप में गिर जायेगी। बिल्ली इस बात की बिल्कुल चिंता नहीं करती कि, उसकी कुछ इंच टांगें दिख रही हैं, या कुछ भद्दा दिख रहा है! शिथिल होने के लिए, बिल्ली आराम में आ जाती है और बिल्ली के दिमाग में, केवल शिथिलन ही, एकमात्र विचार होता है। बिल्ली लुढ़क जाती है और क्षणमात्र में ही सो जाती है।

शायद हर कोई जानता है कि, बिल्ली उन चीजों को देख सकती है, जिन्हें आदमी नहीं देख सकता। ऐसा इस कारण से है, बिल्ली की दृष्टि, हमारे “कुंजीपटल” पर, हमसे ऊँची है और इसप्रकार वह सभी मौकों पर, सूक्ष्मशरीर को देख सकती है और बिल्ली के लिए आकाशीय यात्राओं में जाना, हमारे लिए कमरे को पार करने से अधिक नहीं होता। तब हम, बिल्ली का अनुकरण करें, क्योंकि तब हम पक्के आधार पर होंगे, और अपने अमूर्तभौतिकी के ज्ञान के ढांचे के मजबूत (sound) और सह सकने योग्य (enduring) आधार को तैयार कर सकते हैं।

क्या आप जानते हैं, शिथिल कैसे हुआ जाये? क्या आप बिना किसी निर्देशों के, लचीले (pliant), प्रभावों को पकड़ने के योग्य हो सकते हैं? हम इसे इसप्रकार करेंगे; किसी भी स्थिति में, जो

आपको आरामदेह हो, लेट जायें। यदि आप अपनी टांगों को फैलाना चाहते हैं, या अपनी भुजाओं को फैलाना चाहते हैं— उन्हें फैलायें। शिथिलन की पूरी कला, पूरी तरह से आरामदायक है। यह बहुत अच्छा होगा कि आप अपने ही कमरे की निजता (privacy) में आराम करें, क्योंकि अनेक लोग, विशेषरूप से महिलायें, किसी के द्वारा देखा जाना पसंद नहीं करतीं, जिसको वे गलत तरीके से अभद्र रवैय्या होने की कल्पना करतीं हैं, और शिथिल होने के लिए, आपको पारंपरिक भव्यता के बारे में, और, वास्तव में, सभी परिपाटियों (conventions) के बारे में, सब कुछ भूल जाना होगा।

कल्पना करें कि आपका शरीर, बहुत छोटे-छोटे व्यक्तियों, जो आपके आदेशों का सदैव पालन करते हैं, से भरा हुआ एक प्रायद्वीप है। यदि आप चाहें तो आप सोच सकते हैं कि, आपका शरीर, एक बड़ा औद्योगिक क्षेत्र है, जिसमें अनेक नियंत्रणों के लिये, उच्च प्रशिक्षित, उच्च आज्ञाकारी तकनीशियन, "स्नायुकेन्द्रों (nerve centres)", जो आपके शरीर में हैं, में तैनात हैं। तब, जब आप शिथिल होना चाहते हैं, इन लोगों को कहें, कि अब कारखाना बंद होने वाला है, और उन्हें कहें, कि आपकी वर्तमान इच्छा ये है, कि वे सब, आपको (अकेला) छोड़ दें, कि वे अपनी मशीनों और अपने "स्नायुकेन्द्रों" को "बंद कर दें" और थोड़े समय के लिए, वहाँ से हट जायें।

सुविधापूर्वक लेटे हुए, जानबूझकर, अपने पैर के अंगूठों में, अपने पैरों में, अपने घुटनों में— वास्तव में हर जगह, छोटे झुण्डों में इन लोगों की कल्पना करें। टकटकी लगाकर, अपने आपको, अपने शरीर के ऊपर, और इन सभी छोटे-छोटे लोगों के ऊपर, जो आपकी मांसपेशियों को खींच रहे हैं और आपकी नाड़ियों को झटका दे रहे हैं, चित्रित करें। उनके ऊपर निगाह बांधकर देखें, मानो कि आप, एक महान व्यक्ति हैं। ऊँचे आकाश में, इन लोगों को देखें, और तब अपने मन से उनको संबोधित करें। उनको अपने पैरों से बाहर आने के लिए कहें, अपने पैरों को छोड़ दें, अपने हाथों से और अपनी भुजाओं से, दूर जाने का आदेश दें। उन्हें अपनी नाभि (umbilicus) और छाती के निचले भाग (sternum) के बीच के स्थान में, इकट्ठा होने के लिए कहें। छाती का सबसे निचला हिस्सा, हम आपको ध्यान दिला दें, पसलियों का निचला सिरा होता है। यदि आप अपनी उंगलियों को अपने शरीर बीच से, अपनी पसलियों के मध्य में चलाएँ, आप देखेंगे कि वहाँ, कठोर पदार्थ का एक दंड है, और वास्तव में, यही स्टेर्नम है। अपनी उँगलियों को और थोड़ा सा और नीचे दौड़ायें, जबतक कि पदार्थ समाप्त न हो जाये। इसलिए— इस बिन्दु और आपकी नाभि के बीच में, वह चिन्हित स्थान है। इन सभी छोटे लोगों को, उस स्थान पर इकट्ठा होने के लिए कहें, कल्पना करें कि आप उन्हें अपनी भुजाओं से, टोंगों से, शरीर के ऊपर की ओर चलते हुए, कंधे से कंधे मिलाकर चलते हुए, जैसे कि एक व्यस्त कारखाने से, दिन की समाप्ति होने पर, कामगार बाहर निकलते हैं, देख सकते हैं।

इस चिन्हित बिन्दु पर आते-आते, वे आपके पैरों को, आपकी भुजाओं को, छोड़ देंगे और इस प्रकार ये भुजाएँ, बिना तनाव की हो जायेंगी। बिना किसी अनुभव के भी, क्योंकि ये छोटे लोग वे हैं, जो आपकी मशीनों को चलाते हैं, जो आपके प्रसारण केन्द्रों और स्नायुकेन्द्रों को सूचनाएँ देते हैं। आपकी भुजायें और टोंगें, तब और ठीक तरह से शून्य नहीं होंगी परंतु वे तनाव की भावना के बिना होंगी, थकान के इस अहसास के बिना, हम कह सकते हैं कि वे वहाँ लगभग नहीं होंगे।

अब आपके सभी छोटे लोग, किसी बंद होने वाले कारखाने के श्रमिक, जो किसी राजनैतिक रैली में भाग लेने के लिए जाने वालों की तरह से, पूर्व से व्यवस्थित स्थान में, इकट्ठे हो रहे होंगे, अपनी कल्पना में, कुछ क्षणों के लिए, उनको टकटकी लगाकर देखें, अपनी टकटकी से उन सबको घेर लें, तब जबतक कि आप उन्हें वापस लौटने का निर्देश नहीं देते, दृढ़तापूर्वक, आत्मविश्वास के साथ, उन्हें छुट्टी पर जाने के लिए कहें, उन्हें, अपने से दूर, रजततंतु के साथ चलने को कहें। जबतक आप ध्यान करें, शिथिल हों, उन्हें आप को शान्ति में छोड़ देना चाहिये।

अपने आपका चित्रण करें कि आपका रजततंतु, आपके भौतिक शरीर से काफी दूरी तक,

विस्तारित होता हुआ, बहुत परे तक प्रभुता वाले महान साम्राज्य में है। अपने आपको चित्रित करें कि रजततंतु एक भूमिगत मार्ग की तरह, सुरंग की तरह है, और भीड़ भरे समय (rush hours) में यात्रियों की, लंदन अथवा न्यूयॉर्क अथवा मास्को जैसे शहर के सभी यात्रियों की— कल्पना करें—सबको अचानक ही शहर छोड़ते हुए और उनको उपनगरों में जाते हुए की कल्पना करें, शहर को अपेक्षाकृत शांत करते हुए, एक के बाद एक भीड़ भरी रैलों की, जो आपके शरीर को छोड़ने वाले इन कामगारों को ले जा रही हैं, कल्पना करें। इन छोटे लोगों को, आपके प्रति ऐसा करने दें। अभ्यास के द्वारा यह बहुत आसान है!— और आपकी मांसपेशियां, पूरी तरह तनावरहित होंगी। आपकी नाड़ियाँ अब और अधिक जंगल की भाँति हुई नहीं होंगी और आपकी मांसपेशियाँ और अधिक तनी नहीं होंगी। केवल शांति से लेते रहें, आपने मन को “धीमे-धीमे चलने (tick over)” दें इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप किस बारे में सोचते हैं, इससे भी कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप कुछ नहीं भी सोचते हैं। जबतक कि आप धीमे-धीमे स्थिररूप से सांस लेते हैं, इस सबको, कुछ क्षणों के लिए चलने दें, तब उन विचारों को, लगभग उसी तरीके से बर्खास्त कर दें, जैसे कि आपने अपने “कारखाने के श्रमिकों” की छुट्टी की थी।

आदमी अपने क्षुद्र विचारों में इतना व्यस्त है कि उसके पास, महान जीवन की महान चीजों के लिए, समय ही नहीं है। इस बारे में विचार करते हुए कि, अगली सेल (sale) कहाँ हो रही है, कब हो रही है अथवा इस हफ्ते में कितने व्यापार कूपन (trading coupons) मुफ्त दिए जा रहे हैं अथवा टेलीविजन पर क्या हो रहा है, लोग इतने व्यस्त हैं, कि उनके पास उन चीजों के लिए, जो वास्तव में, मायने रखती हैं कोई समय ही नहीं है। प्रतिदिन की ये सभी सांसारिक चीजें, एकदम छोटी, नगण्य हैं। क्या ये कुछ मतलब रखता है कि पचास साल के समय में, अमुक-अमुक व्यक्ति, आज की तुलना में, कपड़ों को, लागत से नीचे दामों में, बेच रहे होंगे? परंतु पचास साल के समय तक ये आपको, इस विचार को अपने दिमाग में रखने के लिए, कि हम कैसे प्रगति कर रहे हैं, प्रभावित करेगा! इस जीवन के परे, मात्र एक पैसा ले जाने के लिए, कोई आदमी या औरत कभी सफल नहीं हुआ परंतु फिर भी, हर व्यक्ति या महिला, उस ज्ञान को, जो उन्होंने इस जीवन में प्राप्त किया है, अगले जीवन में ले जाता है। यही कारण है कि लोग यहाँ हैं, और आप यहाँ से मूल्यवान ज्ञान, अथवा असम्बद्ध विचारों की बेकार चिल्लपों को इस जीवन के परे, ले जाने वाले हैं। यही वह बात है, जिसको आपके ध्यान को अपरिहार्यरूप से काम में लगाना चाहिए। इसलिए—ये पाठ्यक्रम, आपके लिए लाभदायक है, ये आपके संपूर्ण भविष्य को प्रभावित कर सकता है!

ऐसा सोचा जाता है—कारण—जो मनुष्यों को उनकी वर्तमान, बहुत गिरी हुई स्थिति में रखता है। मनुष्य अपने कारणों के बारे में बात करते हैं और वे कहते हैं कि ये उन्हें जानवरों से अलग करता है! ये करता है—वास्तव में, ये करता है! क्या मनुष्यों को छोड़कर दूसरे प्राणी, एक दूसरे के ऊपर परमाणु बम गिराते हैं? क्या दूसरे प्राणी, सार्वजनिकरूप से युद्धबंदियों की आँतें निकाल लेते हैं या उन्हें लाभदायक सम्पत्ति के अधिकारों से वंचित कर देते हैं? क्या आप मनुष्य को छोड़कर, किसी प्राणी का विचार कर सकते हैं, जो इसप्रकार शानदार ढंग से आदमी और औरतों का अंगभंग करते हैं? मनुष्य, अपनी श्रेष्ठता की ढींग हॉकने के बावजूद, कई प्रकार से, इस क्षेत्र के निम्नतम प्राणियों से भी निम्न है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि मनुष्यों के मूल्य गलत हैं। मनुष्य केवल पैसे के पीछे लालायित है, इस संसारी जीवन की संसारी चीजों के पीछे लालायित है, जबकि वे चीजें, जो इस जीवन के बाद मतलब रखती हैं, जिन्हें हम आपको सिखाने का प्रयास कर रहे हैं!, उसके लिए बेकार की चीजें हैं।

अब, जबकि आप आराम कर रहे हैं, अपने विचारों को बंद हो जाने दें, अपने दिमाग को ग्रहणशील बनायें। यदि आप बार-बार अभ्यास करेंगे, आप पायेंगे कि आप असीम खाली विचारों, जो आपको बेचैन कर रहे हैं, की चकचक (clatter) को बंद कर सकते हैं, और बदले में आप सत्य यथार्थताओं को देख सकते हैं, आप, अस्तित्व के विभिन्न तलों पर होने वाली चीजों को देख सकते हैं,

परंतु ये चीजें पृथ्वी के जीवन के लिए, पूरी तरह से अनजान हैं— इतनी आनन्दकर, इतनी विदेशी भी— कि इनको यथार्थ में बताने करने के लिए, (आपके पास) कोई ठोस शब्द भी नहीं है। आप भी भविष्य की चीजों को उससे पहले देख सकें, इसके लिये केवल अभ्यास की आवश्यकता है।

कुछ महान व्यक्ति हैं, जो केवल कुछ क्षणों में ही सो सकते हैं और कुछ मिनटों में ही तरो ताजा होकर जग सकते हैं, और उनकी आँखें प्रेरणा के साथ चमकती हैं। ये वे लोग हैं, जो अपने विचारों को अपनी इच्छानुसार बंद कर सकते हैं, और उसके साथ समन्वय करके, सभी क्षेत्रों के ज्ञान को प्राप्त कर सकते हैं। अभ्यास के साथ आप भी इसको कर सकते हैं।

उन लोगों के लिए, जो आध्यात्मिक विकास चाहते हैं, साधारण, व्यर्थ सामाजिक जीवन के रिक्त फ़ैरों (rounds) में लगे रहना, वास्तव में, बहुत-बहुत हानिकारक है। कॉकटेल पार्टियों—उन लोगों के लिये, जो विकसित होने का प्रयास कर रहे हैं, वह खराब चीज है, कि कोई पूरी मुश्किल से ही, समय गुजारने के इस खराब तरीके पर विचार कर सकता है। पेय, शराब, स्प्रिट और अल्कोहल, किसी के मनोवैज्ञानिक निर्णय को अंपंग बना देते हैं, वे किसी को निचले सूक्ष्मलोक में भी धकेल सकते हैं, जहाँ कोई उन अस्तित्वों के द्वारा, जो मनुष्यों को उस स्थिति में, जिसके बारे में वे स्पष्टरूप से सोच भी नहीं सकते हैं, पाकर प्रसन्न होते हैं, उत्पीड़ित (torment) किया जा सकता है। वे इसे अत्यधिक आनन्ददायक मानते हैं। परंतु खाली दिमागों की अर्थहीन चिल्लपों के साथ पार्टियों, और सामान्य सामाजिक फ़ेरे, उन लोगों के लिए, जो उन्नति करने का प्रयास कर रहे हैं, इस तथ्य को छद्मवेश में छिपाते हुए कि उनके दिमाग खाली हैं, एक कष्टप्रद दृष्टि है। आप केवल तभी उन्नति कर सकते हैं, जब आप इन खोखले विचारों वाले लोगों से, जिनका सबसे बड़ा विचार यह है कि, किसी दी गई भीड़ में, कितनी कॉकटेल पार्टियों में, वे कितना पी सकते हैं अथवा जो दूसरे आदमियों के कष्टों के बारे में, मूर्खतापूर्ण बातें करना पसंद करते हैं, बचकर रहें।

हम आत्माओं के पारस्परिक जुड़ाव में विश्वास रखते हैं, हमारा विश्वास है कि दो व्यक्ति, साथसाथ, भौतिकरूप से, खामोश रह सकते हैं, किन्हीं शब्दों को कहा जाना आवश्यक नहीं है, फिर भी, ये लोग, दूरानुभूति से, एक दूसरे के साथ "समन्वय (rapport)" में, परस्पर बातचीत कर सकते हैं। एक का विचार, दूसरे में उत्तर का आव्हान (invoke) करता है। ये देखा गया है कि दो काफी बूढ़े लोग, जो यथार्थ प्रेम में, पति-पत्नी के रूप में वर्षों साथ रहे हैं, एक दूसरे के विचारों का अनुमान लगा सकते हैं। ये बूढ़े लोग, बकवास या छोटी बातों में नहीं बड़बड़ाते; वे एक साथ बैठते हैं और दूसरे के मस्तिष्क में से प्रवाहित होने वाले संदेशों को शांति से ग्रहण करते हैं। इन्होंने, इन लाभों को, जो शांत संवाद से आते हैं, काफी देर बाद सीखा है, उन्होंने "काफी विलम्ब से" सीखा है, क्योंकि बूढ़े लोग, वास्तव में, जीवनयात्रा के अंत में हैं। आप जब नौजवान हैं, तभी ऐसा कर सकते हैं।

लोगों के छोटे समूह के लिये, सकारात्मक ढंग से सोचना, और विश्व-घटनाओं के परिदृश्य को पूरी तरह से बदलना संभव है। दुर्भाग्यवश, छोटे लोगों का एक ऐसा समूह, जो इतने निस्वार्थ (unselfish) हों, इतने अन-आत्मकेन्द्रित (unselfcentred) हों, कि वे अपने स्वार्थी विचारों को बंद कर सकें और पूरे विश्व की भलाई के लिये ध्यान केन्द्रित कर सकें। अब हम कहते हैं कि यदि आप और आपके मित्र, एक साथ मिलेंगे और हर एक आरामदायक तरीके से, पूरे आराम के साथ बैठे हुए, एक दूसरे के सामने देखते हुए, एक वृत्त बनायेंगे, तो आप स्वयं और दूसरों के लिये, बड़ा अच्छा काम कर सकते हैं।

हर व्यक्ति के पैरों के अंगूठे छूते हुए होने चाहिये। हर व्यक्ति के हाथ के पंजे, एक दूसरे में फंसे हुए होने चाहिये। कोई व्यक्ति, एक दूसरे को, वास्तव में, छूना नहीं चाहिये, परन्तु हर एक, अपने आप में, एक पृथक भौतिक इकाई होना चाहिये। पुराने जमाने के यहूदियों, बहुत पुराने यहूदियों को याद करें, वे अच्छी तरह से जानते थे कि यदि वे मोल-भाव कर रहे हैं, तो उनको अपने पाँव एक साथ और

हाथ एक दूसरे के साथ पकड़कर रखने चाहिये, क्योंकि तब शरीर के जीवनाधार बलों (vital forces) को संरक्षित किया जा सकता है। मोल-भाव का एक मुश्किल प्रयास करते हुए, एक बूढ़ा यहूदी, यदि वह इस विशेष तरीके से खड़ा हो, और उसका विरोधी इसप्रकार नहीं खड़ा हो, हमेशा अच्छा सौदा प्राप्त करता है परन्तु वह, घिघियाते हुए (cringing), चापलूसी करते हुए (subservience), जैसा कि काफी लोग कल्पना करते हैं, नहीं खड़ा होता, चूँकि वह जानता है कि अपने शरीर के जीवनाधार बलों को कैसे संरक्षित और उपयोगित किया जाये। जब वह अपने उद्देश्य को प्राप्त कर लेता है, तब अपने हाथों को खुला छोड़ सकता है और अपनी टाँगों को एक दूसरे से अलग-अलग कर सकता है। अब उसे "आक्रमण" के लिये अपने बलों को संरक्षित करने की और अधिक आवश्यकता नहीं है क्योंकि वह विजेता रहा। अपने परिणाम प्राप्त करने के बाद, वह आराम में (relaxed) खड़ा हो सकता था।

यदि समूहों में से हर एक, अपने-अपने पैरों और हाथों को एक साथ रखे, तो हर एक, शरीर की ऊर्जा को संरक्षित करेगा। ये लगभग ऐसा ही है, जैसे कि, किसी चुम्बक को, उसकी चुम्बकीय शक्ति को बचाने के लिये, उसके ध्रुवों पर "रक्षक (keeper)" लगाकर रखा जाता है। बिना इसके चुम्बक, मात्र धातु का एक डेला होता। आपके समूह को, सभी कमोवेश (more or less), वृत्त के केन्द्र में, आकाश में टकटकी लगाते हुए, प्राथमिकता से, उस स्थान पर, फर्श पर एक वृत्त में बैठना चाहिये, क्योंकि तब (उनके) सिर, थोड़े से नीचे की ओर मुड़े हुए होंगे, और तब ये अधिक विश्राम में और अधिक स्वभाविक होंगे। बात न करें, केवल बैठें—ये सुनिश्चित करें कि आप बात नहीं कर रहे। आपने पहले से ही अपने विचारों के मुख्य बिन्दु को निश्चित कर लिया है, इसलिये अगली बातचीत आवश्यक नहीं है। कुछ मिनटों के लिये इस प्रकार बैठें। धीमे-धीमे, आप में से हरेक, अंदर आती हुई, एक महान शान्ति अनुभव करेगा, आप में से हर एक, ऐसा अनुभव करेगा मानो कि आप, आंतरिक प्रकाश की बाढ़ में डूब रहे हैं। वास्तव में, आपको हल्का सा आनन्द महसूस होगा और आप ऐसा महसूस करेंगे कि आप, "ब्रह्माण्ड के साथ एकाकार (One with the universe)" हैं।

चर्च की सेवायें, इसको विचार में रखकर बनाई जाती हैं। याद रखें कि सभी धर्मों के पहले पुजारी, बहुत अच्छे मनोवैज्ञानिक थे, वे जानते थे कि वांछित परिणाम प्राप्त करने के लिये, चीजों को किस प्रकार बनाया जाये। ये ज्ञात है कि कोई भी, लगातार निर्देश दिये बिना, मनुष्यों की पूरी भीड़ को शांत नहीं रख सकता, इसलिये वहाँ, संगीत और निर्देशित विचार, प्रार्थना के रूप में होते हैं। यदि किसी भी प्रकार का कोई पुजारी वहाँ, जहाँ सभी आँखें उसके ऊपर केन्द्रित हो सकती हैं, खड़ा हो, ज्यों ही वह कुछ निश्चित चीजों को कहता है, वह श्रोताओं अथवा समूहों में से प्रत्येक व्यक्ति का, ध्यान प्राप्त कर लेता है, उन सभी के विचार, एक निश्चित उद्देश्य के लिये निर्देशित रहते हैं। ये ऐसा करने का एक घटिया तरीका है, परन्तु ये व्यक्तियों के बड़े समूहों में, जो अपना समय या ऊर्जा, दूसरी दिशा में महान विकास के लिये नहीं देंगे, किया जाना आवश्यक है। आप और आपके मित्र, यदि आप चाहें, अपने छोटे समूह में, खमोशी के साथ बैठकर अधिक अच्छे परिणाम प्राप्त करें।

आप में से हर एक, शिथिल होने की कोशिश करते हुए, आप में से हर एक, शुद्ध चीजों को सोचते हुए या चुनी हुई चीजों को सोचते हुए, शांति से बैठें। पिछले महीने के किराने के बिलों, जिनका आपने अभीतक भुगतान नहीं किया है, की चिंता न करें, न ही इसके ऊपर आश्चर्य करें कि अगले मौसम का फैशन क्या होने वाला है; बदले में अपने कंपनों को उठाने की सोचें ताकि आप भलाई को, महानता, जो जीवन में आने वाली है को देख सकें।

हम, हम सभी बातें बहुत करते हैं। हम अपने मस्तिष्कों को, मशीनों, जिनके स्वयं के कोई विचार नहीं हैं, की तरह हमेशा खटपट करने देते हैं। जब दूसरों के संग में हों, यदि हम शिथिल हों, यदि हम अकेले अधिक रहें और बातें कम करें, तब हमारी आत्माओं को ऊपर उठाने के लिये, जिन विचारों की हम अब कल्पना कर सकते हैं, उनकी तुलना में अधिक शुद्धता वाले विचार, बाढ़ के रूप में, हमारे अंदर

प्रकट होते हैं। बूढ़े देहाती लोगों में से कुछ, जो पूरे दिन अकेले थे, के विचारों की शुद्धता, दुनियाँ के नगरों में रहने वाले किसी व्यक्ति की तुलना में, बहुत अधिक थी। गड़रिये, किसी प्रकार से शिक्षित मनुष्य नहीं होते, परन्तु उनमें आध्यात्मिक शुद्धता, अत्यधिक सीमा तक होती है, जिससे कि एक उच्च श्रेणी का पुजारी भी उनसे ईर्ष्या करे। ऐसा इसलिये है, क्योंकि वे अकेले रहने के लिये, चकित होने के लिये, काफी समय पाते हैं, और जब वे चकित हुए होते, अपने दिमाग में थक जाते हैं, तो दिमाग से खाली हो जाते हैं और उनके अंदर महान विचार, "कहीं अत्यन्त दूर से," प्रविष्ट होते हैं।

आधा घंटा प्रतिदिन से ही, अभ्यास क्यों न शुरू करें। बैठे हुए या लेटे हुए अभ्यास करें, और ये याद रखें कि आपको पूरी तरह से आराम में होना चाहिये। अपने मन को शांत हो जाने दें। याद रखें "शांत हों और जानें कि मैं ही ईश्वर हूँ" एक कहावत है। दूसरी है, "शांत रहें और अंदर के 'मैं' को जानें।" इस प्रकार अभ्यास करें। अपने आपको विचारों से मुक्त रहने दें, अपने आपको चिन्ताओं और संदेहों से मुक्त रहने दें, और आप देखेंगे कि एक महीने के अंदर, आप अधिक सध जाते हैं, आप ऊँचे उठ जाते हैं, आप पूरी तरह दूसरे व्यक्ति बन जाते हैं।

हम एक बार फिर, पार्टियों और फालतू बातों की चर्चा किये बिना, इस पाठ को समाप्त नहीं कर सकते। कुछ अंतिम शिक्षा देने वाले या परिष्करण करने वाले (finishing) स्कूलों में, ये पढ़ाया जाता है कि, अच्छा मेजवान बनने के लिये, किसी को "कम बात" करनी चाहिये। मोटे तौर से, ये विचार इस तरह का दिखाई देता है कि मेहमानों को, यदि उनके निजी विचार इतने धुंधले हों कि उनका दिखावा शोरपूर्ण हो जाये, एक क्षण के लिये भी, शांति में नहीं छोड़ा जाना चाहिये। इसके विपरीत, हम कहते हैं कि, हम उनको शांति उपलब्ध कराते हुए, इस पृथ्वी की एक अत्यन्त कीमती चीज उपलब्ध करायेंगे क्योंकि, आधुनिक विश्व में, अब कहीं शांति नहीं है, हर जगह यातायात का लगातार शोर शराबा, सिर के ऊपर उड़ते हुए हवाई जहाजों की चीखें और सबके ऊपर रेडियो और टैलीविजन की भावनाहीन आवाजें हैं। ये एक बार फिर से, मनुष्य के पतन का कारण हो सकता है। आप "रेगिस्तान में नखलिस्तान (रमणीक स्थान, oasis)", शांति, खामोशी और शमन का उपहार प्रदान करते हुए, अपने लिये और अपने साथी व्यक्तियों के लिये, बहुत कुछ कर सकते हैं।

क्या आप एक दिन के लिये प्रयत्न करेंगे, और ये देखेंगे कि आप कितने चुप रह सकते हैं ? देखें कि आप कितना कम से कम बात कर सकते हैं। केवल वही कहें, जो आवश्यक है और उस सब को अनदेखा करें, जो कि असंगत है और उस सबको जाने दें, जो मात्र गप और बेमतलब की बातचीत है। यदि आप इसे सजग होकर करेंगे तो आप, दिन के समाप्त होने पर, निश्चितरूप से, काफी सदमे में आ जायेंगे कि आप दिन में कितना कुछ ऐसा कहते हैं, जिसका वास्तव में, कुछ भी मूल्य नहीं होता।

हम शोरशराबे और बातचीत के बारे में बहुत कुछ कह चुके हैं, और यदि आप शांति का अभ्यास करेंगे, तो आप देखेंगे कि, यहाँ भी हम एकदम ठीक हैं। धार्मिक आदेशों (Religious orders) में से अनेक, शांति के आदेश (orders) होते हैं, भिक्षुकों और भिक्षुणियों में से अनेक को शांत रहने के लिये आदेश दिये जाते हैं, और अधिकारी लोग इसे दण्ड के रूप में नहीं देते, वे ऐसा करते हैं क्योंकि, वे जानते हैं कि केवल शांति ही, महान परे (Great Beyond) की आवाजों को सुन सकती है।

पाठ तेरह

कौन है, जिसने किसी मौके पर अथवा दूसरे मौके पर, ये आश्चर्य न किया हो “पृथ्वी पर जीवन का क्या उद्देश्य है? ये वास्तव में पीड़ा झेलने के लिये और काफी तकलीफें झेलने के लिये आवश्यक है?” वास्तव में, यथार्थ में, यह आवश्यक है कि यहाँ पीड़ा, कठिनाइयाँ और युद्ध हों। विश्व में हम चीजों का बहुत अधिक भण्डारण करके रखते हैं, हम ये सोचते हैं कि पृथ्वी पर जीवन में कुछ भी इतना महत्वपूर्ण नहीं है। वास्तव में, हम पृथ्वी पर, मंच पर, मात्र अपने कपड़ों को बदलते हुए अभिनेता की तरह से हैं, ताकि वे उस भूमिका के लिये सही सिद्ध हों, जो हमें निभानी है, और हर नाटक की समाप्ति पर, थोड़े समय के लिये निवृत्त होते हुए, अगले नाटक के लिये, शायद दूसरी पोशाक में वापस लौटें।

युद्ध आवश्यक हैं। युद्धों के बिना दुनियाँ शीघ्र ही, अत्यधिक आबादी से भर जायेगी। युद्ध आवश्यक हैं ताकि स्वयं की शहादत के लिये और दूसरों की सेवाओं में आने के लिये मौके मिल सकें, मनुष्य अपनी मांस की सीमाओं से ऊँचा उठ सके। हम जीवन को वैसा ही देखते हैं जैसाकि यह इस विश्व में जिया जाता है, मानो कि यही, मात्र वह चीज है, जिसका कोई अर्थ है। वास्तव में ये वह चीज है, जिसका तात्पर्य न्यूनतम है।

जब हम आत्मा में होते हैं, हम अविनाशी होते हैं। हम कष्टों और बीमारियों से प्रभावशून्य होते हैं। इसप्रकार आत्मा, जिसे अनुभव प्राप्त करने हैं, एक शरीर, जो जीवित प्लोटोप्लाज्म (protoplasm) का डेला है—हाड़मांस के एक शरीर की इच्छा करती है—ताकि पाठों को सीखा जा सके। पृथ्वी पर जीवन, आत्मा, जो रजततन्तु के माध्यम से आदेश देती है और संदेशों को प्राप्त करती है, के द्वारा झटका खाता हुआ, नचाया जाता हुआ शरीर, एक कठपुतली है।

क्षण भर के लिये, अब हम चीजों को दूसरे ढंग से देखें, क्या हम करें? एक व्यक्ति, जो पृथ्वी पर शायद पहली बार, एक बच्चे जैसा, और जो अपने लिये किसी प्रकार की योजनायें नहीं बना सकता, असहाय प्राणी के रूप में आता है। इसप्रकार, दूसरे लोगों के द्वारा, उसके लिये योजनायें बनाई जाती हैं। हम उनके बारे में बात नहीं कर रहे हैं, जो उन्नति किये हुए नहीं हैं क्योंकि यदि आप इस पाठ्यक्रम को पढ़ रहे हैं तो ये दिखाता है कि आप उन्नति के एक चरण में प्रविष्ट हो चुके हैं, जिसमें आप कमोवेश योजना बना सकते हैं कि आपको क्या पढ़ना है। हम उस परिदृश्य को देखें, जो कोई, पृथ्वी पर आने से पहले बनाता है।

एक व्यक्ति—एक अस्तित्व—अधिस्वयं, सूक्ष्मलोकों में लौट चुका है, और पृथ्वी पर एक जीवन के बाद वापस लौटा है। अस्तित्व ने सभी गलतियों को, जीवन के सभी दोषों को देख लिया होगा, और उसने शायद अकेले ही, अथवा शायद दूसरों के साथ में, यह निश्चय कर लिया होगा, कि (इस जीवन में) कुछ पाठ नहीं सीखे गये और उन्हें दोबारा लिया जाना आवश्यक है। इसप्रकार योजनायें, जिनके द्वारा अस्तित्व एकबार फिर नीचे, शरीर में, जायेगा, बनाई जाती हैं, माता—पिता की तलाश की जाती है, जो आवश्यक सुविधाओं और इसप्रकार के वातावरण को, जो कि अभी आवश्यक है, प्रदान कर सकते हैं अर्थात्, यदि एक व्यक्ति धन का व्यवहार करने के लिये अभ्यस्त है, तो वह धनी माता—पिता के यहाँ पैदा होगा, और यदि एक व्यक्ति को “नाली (gutter) में से” ऊपर उठना है, तो वह वास्तव में, अत्यधिक गरीबी की परिस्थितियों में रहते हुए माता—पिता के यहाँ पैदा होगा। वह अपंग या अंधा भी पैदा हो सकता है, ये सब इस पर निर्भर करता है, कि क्या सीखा जाना है।

पृथ्वी पर एक आदमी वैसे ही है, जैसे कि कक्षा में एक बच्चा। अब इसे कक्षा के रूप में सोचें। एक बच्चा, कक्षा में दूसरे तमाम बच्चों के साथ में है। किसी कारण से ये विशेष बच्चा, उतना अच्छा नहीं करता, पाठों को अच्छी तरह नहीं सीखता, तो सत्र समाप्ति के साथ, वह परीक्षा में अपना बहुत अधिक खराब प्रदर्शन करता है। तब अपने सामान्य व्यवहार के आधार पर और परीक्षा में उसके

परिणाम और उसकी सामान्य अवस्था, जो कि उसने परीक्षा में स्वयं बनाई है, के आधार पर, शिक्षक यह निश्चय करते हैं कि वह ठीक नहीं है, वह अगली कक्षा में जाने के लिये तैयार नहीं है। इसप्रकार सत्र की समाप्ति पर, बच्चा इस नापसंद ज्ञान के साथ कि जब उसका स्कूल दुबारा शुरू होगा तो उसे फिर से उसी पुरानी कक्षा में आना पड़ेगा, स्कूल की छुट्टियों में जाता है!

अपने स्कूल की गतिविधियों को दोबारा जारी रखने के साथ-साथ, वह बच्चा, जो आगे उन्नति नहीं पा सका, फिर से दूसरा अवसर पाने के लिये, उन सभी पाठों को सीखने के लिये वापस जाता है। परन्तु वे, जो अच्छी तरह से पढ़े, अच्छे परिश्रम से पढ़े, आगे बढ़ते हैं और अगली कक्षाओं में चले जाते हैं, और उनके साथ शिक्षकों के द्वारा, शायद अच्छे विचारों के साथ, व्यवहार किया जाता है क्योंकि ये बच्चे वे हैं, जिन्होंने प्रयास किया, जिन्होंने अपने पाठों को पक्का याद किया और जिन्होंने तरक्की की। वह, जो कक्षा के दूसरे नये सदस्यों के साथ पीछे छोड़ दिया गया है, अपने आप जागरूक होकर सोचता है। वह थोड़े समय के लिये, ये दिखाने के लिये कि यद्यपि वह ऊँची कक्षा में जाने के लिये पास नहीं हुआ ऐसा इसलिये हुआ क्योंकि वह ऐसा नहीं चाहता था, उनके ऊपर अपनी हेकड़ी जमाता है। यदि सत्र समाप्ति के बाद, वह बच्चा उन्नति के चिन्ह प्रदर्शित नहीं करता, तब ये हो सकता है कि शिक्षक आपस में एक बैठक करें, और वे यह तय करें कि बच्चा घटिया मानसिकता का है और ये अनुशांसा कर सकते हैं कि उसे दूसरे प्रकार के स्कूल में भेज दिया जाये।

यदि स्कूल के बच्चे ठीक कर रहे हैं और अपने अध्ययन में संतोषजनक ढंग से उन्नति कर रहे हैं, तो एक समय ऐसा आयेगा कि उन्हें ये निश्चय करना पड़ेगा कि आगामी जीवन में उन्हें क्या करना है। क्या वे डॉक्टर हो रहे हैं, अथवा वकील, बढ़ई या बस के ड्राइवर ? जो कुछ भी हो, उन्हें आवश्यक अध्ययनों में होकर गुजरना पड़ेगा। एक होने वाले बस ड्राइवर की तुलना में, एक होने वाला डॉक्टर अलग चीजों का अध्ययन करेगा और शिक्षकों की सलाह के साथ, आवश्यक अध्ययनों की व्यवस्था की जायेगी।

ऐसा ही आत्मा के लोक में भी है; एक आदमी के पैदा होने से पहले, वास्तव में, उसके जन्म से कई महीने पहले, आत्मा के लोक में कहीं एक सभा होती है¹³। वह, जो एक मानव शरीर में प्रविष्ट होने जा रहा है, अपने सलाहकारों के साथ चर्चा करता है कि, कुछ निश्चित प्रकार की भूमिकायें कैसे सीखी जा सकती हैं, ठीक वैसे ही, जैसे कि एक विद्यार्थी, वांछित योग्यताओं को पाने के लिये, अध्ययन के लिये चर्चा करता है। आत्मा के सलाहकार, यह कहने में सक्षम होते हैं कि विद्यार्थी, जो स्कूल में प्रविष्ट होने ही वाला है, विश्व के किस निश्चित विवाहित युगल अथवा किसी अविवाहित युगल के पुत्र या पुत्री के रूप में होगा ! इसके ऊपर विचार विमर्श होता है कि क्या सीखना है और किन कठिनाइयों में होकर गुजरना है क्योंकि, ये दुख भरा तथ्य है कि कठिनाइयों, उदारता की तुलना में, अधिक जल्दी और अधिक स्थाईरूप से सिखा देती हैं। यह भी ध्यान देने योग्य है कि इस सबका यह मतलब नहीं है कि यदि एक व्यक्ति, वर्तमान में निम्नस्थिति में है तो वह आत्मलोक में भी निम्नस्थिति में ही होगा। अक्सर एक व्यक्ति, किसी जीवन में निम्नस्थिति में हो सकता है ताकि, किसी विशिष्ट पाठ को सीखा जा सके, फिर भी, होने वाले जीवन में, वास्तव में, वह उच्च अस्तित्व वाला हो सकता है।

ये दुर्भाग्यपूर्ण है कि पृथ्वी पर किसी व्यक्ति को पैसे की मात्रा, जो उसके पास है, और उसके माता-पिता किस प्रकार के थे, से तौला जाता है। ये, वास्तव में, दुखदायी, खराब तरीका है। ये ठीक वैसे ही है जैसा कि स्कूल के एक बच्चे का निर्णय करने, अथवा उसकी उन्नति का निर्णय करने में, बजाय इसके कि बच्चे को, उसकी खुद की तरक्की से तौला जाये, उसके पिता ने उसके ऊपर कितना पैसा खर्च किया है, से मापा जाये। हम दोहराते हैं कि इस दुनियाँ से, मृत्यु के नाके से आगे, कोई भी, मात्र एक पैसा भी ले जाने में सफल नहीं हुआ, परन्तु ज्ञान, प्राप्त किया हुआ हर अनुभव, भण्डारित होता

13अनुवादक की टिप्पणी : यही बात न्यूटन की पुस्तकों "Destiny of Souls" तथा "Journey of Souls," में भी कही गई है।

है, सभी ले जाया जाता है, और दूसरे जीवन में ले जाया जाता है। इसप्रकार, वे जो सोचते हैं कि उनके पास करोड़ों हैं या वे स्वर्ग में सबसे आगे की सीट पाने वाले हैं, दुखी और आनन्दरहित, गलत (सिद्ध) होने वाले हैं। इस मामले में, पैसा, स्थिति, जाति, अथवा रंग अपना हल्के से हल्का प्रभाव भी नहीं रखते; केवल चीज, जो मतलब रखती है, वह है आध्यात्मिकता की श्रेणी, जहाँ तक वह पहुँच सका है।

हम आत्मा, जो दूसरे जीवन में प्रविष्ट होने के लिये लगभग तैयार है, की ओर वापस लौटते हैं; जब उचित माता-पिता मिल जाते हैं, तब आत्मा, उचित समय पर, अजन्मे शिशु के बनते हुए शरीर में प्रविष्ट होती है, और शरीर में प्रविष्ट होने के साथ-साथ, उन चेतन स्मृतियों का जो इससे पहले जीवन में थीं, तत्काल क्षणिक विलोपन हो जाता है। वास्तव में, शायद, ये एक परेशान करने वाली चीज ही होती, यदि बच्चे को यह याद रहता कि जब वह अत्यन्त नजदीकी के साथ, काफी परिचित रूप से अपने माता या पिता से संबंधित था। ये दुखमय और तकलीफदेह होता, यदि कोई बच्चा यह याद रख पाता कि, पिछले जीवन में वह एक महान राजा था और अब वह गरीबों से भी गरीब है। इस कारण से, अनेक दूसरी बातों के साथ, ये कृपा का कार्य ही है कि एक औसत व्यक्ति, अपने पिछले जीवन को याद नहीं रख सकता, यदि उन्हें एकबार फिर, इस जीवन से होकर गुजरना पड़े और वापस आत्मलोक में जाना पड़े, तो उसे प्रत्येक चीज-प्रत्येक चीज फिर से, दुबारा स्मरण हो आती है।

अनेक लोग, अत्यन्त दृढ़ता के साथ, इस पुरानी कहावत का समर्थन करते हैं "अपने पिता का और अपनी माता का सम्मान करो।" यद्यपि, ये वास्तव में, एक अत्यन्त सराहनीय धारणा है, ये स्पष्ट कर दिया जाना चाहिये कि इस पृथ्वी के अनेक, अनेक लोग, जब वे आत्मलोक में प्रविष्ट होंगे, अपनी माता या पिता को कभी नहीं देखेंगे! पुराने दिनों में यह बहुत आवश्यक था कि पुजारी लोग, माता-पिता का सहयोग पाने के लिये, हर संभव प्रयास करते थे, ताकि नौजवान आदमी और औरतें, अपनी जातियों को न छोड़ें, क्योंकि उन दिनों में, जातियों की धन-संपत्ति, नौजवान लोग ही हुआ करते थे। जाति में जितनी अधिक संख्या में लोग होंगे, उतनी ही आसानी से वे दूसरी छोटी जातियों को दबा सकेंगे। इसप्रकार पुजारी लोग, बच्चों को अपने माता पिता की आज्ञा मानने के लिये जोर देकर कहते थे, और माता-पिता, विशेषरूप से, अपने पुजारियों को मानते थे।

हमें पूरे निश्चय के साथ यह कहना चाहिये कि हम इस बात से सहमत हैं कि मातापिता का "सम्मान" किया जाये, बशर्ते वे इसके योग्य हों। हम यह भी कहना चाहते हैं कि यदि कोई मातापिता असहनीय अथवा कठोर हैं अथवा दमनकारी अथवा निरंकुश हैं, तब वे मातापिता "सम्मान पाने" के इस अधिकार को खो चुके हैं। गुलामी के रूप में, उनकी किसी भी प्रकार की आज्ञापालन, जो कुछ "बच्चे" अपने मातापिता को देते हैं, की कोई आवश्यकता नहीं है। कुछ बच्चे प्रौढ़ और शादीशुदा होते हैं, और शायद आधी शताब्दी, अपने खुद की तरह जी चुके होते हैं, फिर भी, वे अभी भी, जब उनके माता-पिता का नाम लिया जाता है, डर या आतंक से चौंक उठते हैं। ये जल्दी से विक्षिप्तता की ओर ले जाता है और प्रेम पाने के बजाय शायद, उन्हें डर और बुरी तरह छिपी हुई घृणा मिलती है। फिर भी ये बच्चे-शायद आधी शताब्दी या उससे अधिक उम्र वाले-अपराध बोध अनुभव करते हैं क्योंकि वे इस विश्वास के साथ पोषित किये गये हैं "अपनी माता और अपने पिता का सम्मान करो।"

उन लोगों के लिये, जो इस प्रकार सताये हुए हैं, हम पूरे निश्चय और पूरी दृढ़ता के साथ, दुबारा ये कहना चाहेंगे कि यदि आप अपने मातापिता से असंतुष्ट हैं, आप उन्हें आत्मलोक में दुबारा नहीं पायेंगे। आत्मलोक में सामंजस्य का नियम है, और आपके लिये ऐसे किसी से मिलना, जिसके साथ आप निर्वाह नहीं कर सकें, पूरी तरह से असंभव है। इसीप्रकार, यदि आपने एक ऐसे भागीदार (partner) से शादी की है या आपकी शादी दुविधा की शादी है, एक शादी, जिसको आप इस भय से कि पड़ोसी क्या कहेंगे, तोड़ने से डरते हैं, आप अपने उस भागीदार से, जबतक कि वह अपने आप में

इसप्रकार से आमूल परिवर्तन नहीं लाता या लाती (या यदि वे बदलें), या फिर एक दूसरे के अनुरूप हो सकें, आत्मलोक में फिर कभी नहीं मिल सकेंगे।

हम दोबारा फिर दोहराना चाहेंगे, ताकि गलतफहमी कोई गुंजाइश न बचे :- यदि आप और आपके मातापिता एक दूसरे के अनुरूप नहीं हैं, यदि आप एक दूसरे के साथ नहीं निभा सकते, यदि आप एक दूसरे के साथ खुश नहीं हैं, यदि आप एक दूसरे के साथ नहीं चल रहे हैं, तब आप उन्हें अस्तित्व के किसी भी तल पर दुबारा नहीं मिलेंगे। यही बात रिश्तेदारों या पति और पत्नी के ऊपर भी लागू होती है। उनको दुबारा मिलने से पहले, निश्चितरूप से, पूर्ण सामंजस्य में एक दूसरे के अनुरूप हो जाना चाहिये। ये उन कारणों में से एक है कि, आत्मा को भौतिक शरीर लेना क्यों आवश्यक है, ताकि पाठ सीखे जा सकें, क्योंकि केवल भौतिक शरीर में ही कोई दो विरोधी अस्तित्व, एक दूसरे के संपर्क में लाये जा सकते हैं, ताकि वे एक दूसरे को सहने की और कड़वाहट मिटाने की कोशिश कर सकें और पारस्परिक समझदारी तक पहुँच सकें।

बाद में, दूसरे पाठ में, हम देवताओं और देवताओं की समस्याओं और विभिन्न प्रकार के धार्मिक विश्वासों के ऊपर विचार करेंगे। आदमी, गलती से सोचता है कि वह अस्तित्व का सबसे महान रूप है। ये एकदम गलत है, और फिर से, ये संगठित धर्मों का पोषित किया हुआ विचार है। धार्मिक विचार, किसी को सिखाते हैं कि आदमी को भगवान के प्रतिरूप में बनाया गया है। इसलिये, यदि आदमी को भगवान के प्रतिरूप में बनाया गया है, तो दूसरा कोई भी रूप, आदमी से ऊँचा नहीं हो सकता! वास्तव में, दूसरे लोकों में, बहुत अधिक उन्नत प्रकार के जीवन हैं। परमात्मा कोई बहुत अधिक कृपालु, वृद्ध सज्जन नहीं है, जो हमको, किसी किताब के पन्नों में होकर, इतनी अधिक दया से देखता है। परमात्मा, एक जीवन्त आत्मा, एक बहुत यथार्थ चीज है, जो हम सबको दिशा निर्देश देता है, परन्तु आवश्यकरूप से, उस ढंग से नहीं, जो हमें बताया गया है।

अंत में इस पाठ में, आप अपने मातापिता के साथ, अपने सहभागियों के साथ या अपने रिश्तेदारों के साथ सम्बंधों पर विचार करें। क्या आप उनके साथ प्रसन्न हैं ? क्या आप वास्तव में प्रसन्न हैं ? या आप अलग-अलग रह रहे हैं ? क्या आप पूरे शेष अस्तित्व के लिये, इनमें से किन्हीं लोगों के साथ, स्थाई रूप से एक दूसरे के अनुरूप बनकर रह सके ? ध्यान रखें, जब आप स्कूल में थे, वहाँ कक्षा में आपके साथ काफी संख्या में दूसरे लोग थे, शिक्षक थे। आप अपने शिक्षकों का आदर करते थे परन्तु वे आपके जीवन में सदैव के लिये नहीं जुड़े, वे अस्थायी सुधारात्मक प्रयास थे, वे लोग, जो आपकी शिक्षा की देखभाल करने लिये नियुक्त किये गये थे। आपके पितर (parents) भी वे लोग हैं, जो आपका खर्चा उठाने के लिये, आपके विकास की देखभाल करने के लिये—आत्मलोक में उनकी अनुमति के साथ—इसके लिये चुने गये हैं। यदि लोग, सचमुच ही अपने मातापिता को प्रेम करते हैं, किसी धार्मिक शिक्षा, जो उन्हें ये बताती है कि उन्हें करना चाहिये, के कारण नहीं, तब उन्हें वास्तव में, पूर्ण ज्ञान का महान आनन्द मिलेगा और वे अपने मातापिता को, निश्चित रूप से, दूसरे लोक में मिलेंगे। “दूसरी तरफ” के हालात वे हैं, जो आपने, इस पृथ्वी पर, अपने लिये बनाये हैं।

पाठ चौदह

हम में से सभी चीजों को अपने लिये पाने के लिये, उन चीजों को हमें दिये जाने के लिये उत्सुक हैं। शायद हरेक, (पूर्व में कभी न कभी, उसके द्वारा) सहायता के लिये प्रार्थना किया जाना स्वीकार करेगा! मानवीय मामलों में, किसी दूसरे से सहायता की अपेक्षा रखना, वास्तव में, एक स्वाभाविक बात है। मनुष्य अपने आप में अकेला, असुरक्षित महसूस करता है और चाहता है कि "देव-पिता (God-Father)" की छवि या "माता की छवि" हो ताकि वह अपने आप को सुरक्षित अनुभव कर सके, और यह महसूस कर सके कि वह महान परिवार में से एक है। परन्तु कोई कुछ प्राप्त कर सके, इस क्रम में, उसे उससे पहले देना चाहिये। बिना दिये हुए आप प्राप्त नहीं कर सकते क्योंकि, देने का कार्य-अपने मन को खोलने का रवैया-यह आपको, उन लोगों के प्रति गृहणशील होने के लिये संभव बनाता है, जो आपको, वह जिसे आप लेना चाहते हैं, उसे देने की इच्छा रखते हैं।

जब हम "देना (give)" कहते हैं तो इसका अर्थ, आवश्यक रूप से, धन नहीं होता, यद्यपि धन का देना सामान्य है, क्योंकि अधिकांश लोगों के लिये यह वह चीज है, जिसे वे सबसे ज्यादा चाहते हैं। धन, वर्तमान में, इच्छाओं से सुरक्षा प्रदान करता है, भूखे मरने के डर से मुक्ति दिलाता है, उधार वसूलने वालों से मुक्ति दिलाता है! पैसा दिया जा सकता है, और कुछ निश्चित हालातों में, दिया भी जाना चाहिये परन्तु "देने" का अर्थ अपने आपको देना, दूसरों की सेवा में अपने आप को अर्पित करना भी है। धन देना अथवा माल देना अथवा सहायता देना अथवा उन लोगों को आध्यात्मिक सात्वना देना, जिन्हें इनकी आवश्यकता है, हम ऐसा कर सकते हैं और करना चाहिये। फिर, जबतक हम देंगे नहीं, हम प्राप्त नहीं कर सकते।

देने के संबंध में काफी कुछ गलत धारणाएँ हैं, इन्हें पश्चिमी देशों में "भिक्षा (alms)" "भीख मांगना (begging)" और तथाकथित धर्मार्थ दान (charity) से सम्बंधित इसीप्रकार के दूसरे मामले, कहते हैं। ऐसा लगता है कि लोग कल्पना करते हैं कि इसमें, दूसरों से सहायता की अपेक्षा करने में, कुछ शर्मनाक है, कुछ अपमानजनक है। परन्तु वास्तव में, ऐसा नहीं है। धन, मात्र एक चीज है, जो हमें, जब हम पृथ्वी पर हैं, दी गई है। ये वह चीज है, जिससे हम, पत्थर के कुछ मृत तहखानों में, निरर्थकरूप से, अपने पास जमा करके रखने के बजाय, दूसरों की मदद करते हुए, उनको देते हुए, प्रसन्नता और आत्मोन्नति प्राप्त कर सकते हैं।

यह विश्व, दुर्भाग्यवश, व्यापार का विश्व है, जहाँ किसी आदमी का मापन धन, जो वह बैंक में रखता है और बाहरी दिखावा, जो वह धन के साथ करता है, से किया जाता है। रंगबिरंगे कपड़े पहने हुए आदमी या औरत, जो अपने खुद के संतोष के लिये, अपना नकली चेहरा बनाने के लिये-देता है न तो वह आध्यात्मिक व्यक्ति है और न ही उदार व्यक्ति, वह ऐसा व्यक्ति है, जो देने के विचार के बिना ही खर्च कर रहा है, वह स्वार्थपूर्ण ढंग से खर्च कर रहा है ताकि उसके अहम् को सहारा दिया जा सके, दृढ़ किया जा सके। पश्चिमी विश्व में किसी आदमी को आँका जाता है कि उसकी पत्नी कितनी अच्छी तरह के कपड़े पहनती है, किस प्रकार की कार वह चलाता है, और किस प्रकार का घर उसके पास है; क्या वह इस अथवा दूसरे क्लब (club) से संबंधित है? तब वह कुछ बजनदार व्यक्ति होना चाहिये क्योंकि, उस क्लब में केवल करोड़पति वर्ग के लोग ही शामिल हो सकते हैं! फिर, ये मिथ्या मूल्यों का संसार है, क्योंकि-हम इसे अनन्तरूप से दोहराएँ ताकि ये हमारे अवचेतन में घुस जाये-कोई आदमी या कोई औरत, इस लोक से एक सिक्का या एक पिन और यहाँ तक कि, एक जली हुई माचिस की तीली भी, मृत्यु की नदी (वैतरणी) के पार नहीं ले सका है; केवल वह, जो हम ले जा सकते हैं, वह है हमारे अंदर भरा हुआ ज्ञान। केवल वह, जो हम ले जा सकते हैं, अच्छे और बुरे, उदार और नीच, अनुभवों का कुल निचोड़, जो इस तरीके से, अच्छी तरह से छांट लिये जायेंगे ताकि उन अनुभवों का

निचोड़ ही बाकी रह सके और यद्यपि, शायद आदमी, जो इस पृथ्वी पर केवल अकेले खुद के लिये जिया, वह पृथ्वी पर करोड़पति था, जब वह “दूसरी तरफ” जाता है तो वह आध्यात्मिकरूप से दिवालिया होगा।

वास्तव में, शाम होने पर गृहणियों का अपने दरवाजे पर जाना और अपने नम्र भीख के कटोरे के साथ, किसी पोषाक वाले भिक्षु को ढूँढना, पूर्व में ये सामान्य दृश्य है। पूर्व में, ये जीवन का इतना अभिन्न भाग है कि हर गृहणी इसको देखती है—कोई बात नहीं, वह कितनी भी गरीब क्यों न हो—कि उसके पास, उस याचक भिक्षु, जो उसकी उदारता पर निर्भर है, के लिये निकालने के लिये खाना हो। ये माना जाता है कि यदि कोई भिक्षु हमारे दरवाजे पर आता है, तो वह वास्तव में, हमें सम्मानित करता है। परन्तु, पश्चिम के सामान्य विश्वास के विपरीत, एक भिक्षु केवल एक भिखारी या परजीवी नहीं है, वह उमंगहीन मनुष्य नहीं है, जो काम करने से डरता हो और इस प्रकार दूसरों की उदारता पर निर्भर हो। क्या आप जानते हैं कि पूर्व में शाम के ये दृश्य कैसे लगते हैं ?

हम मान लें कि हम पूर्व के किसी देश, जैसे कि भारत में देख रहे हैं, जहाँ वास्तव में, भिक्षुओं को इस तरह दिया जाना, एक सामान्य बात है, जैसा कि साम्यवाद द्वारा शक्ति हथियाने के पहले, ये चीन और तिब्बत में भी था। हम तब, भारत के गाँव में देख रहे हैं। रात की छायाएँ गिर रही हैं और जमीन पर लंबी होती जा रही हैं। प्रकाश नीले से—बैंगनी से (bluish-purplish) रंग का होता जा रहा है, जैसे—जैसे हिमालय की ओर से रात की हवाएँ आ रही हैं, बाओबाब (baobab)¹⁴ के पेड़ों की पत्तियों से हल्की सी सरसराहट हो रही है। धूल भरी सड़कों पर, कोमलता के साथ, अपनी जीर्णशीर्ण पोशाक में, जो कुछ भी उसके पास इस दुनियाँ में है, उस सबको लिए हुए, एक भिक्षु आता है। उसके पास पोशाक है, पैरों में खड़ाऊँ हैं, उसके हाथ में एक माला है। उसके कंधे पर लटका हुआ, उसका कंबल है, जो उसके बिस्तर का भी काम देता है। उसके दूसरे सामान, उसकी पोशाक में समेटे हुए हैं। उसके दाएँ हाथ में एक दंड है, अपने आपको जानवरों या मानवों से बचाने के लिए नहीं, बल्कि उससे वह कंटिली झाड़ियों और शाखाओं को एक तरफ खिसका सके, जो अन्यथा उसकी प्रगति को रोक देती, के लिये है! वह इसका उपयोग, नदी में उतरने का प्रयास करने से पहले, उसकी गहराई जाँचने के लिए भी करता है।

वह एक घर में पहुँचता है, और अपनी पोशाक की छाती की जेबों में, एक चमकीले कटोरे को, एक लकड़ी का कटोरा, जो पुराना है और उपयोग के कारण चिकना हो गया है, टटोलता है। जैसे ही वह घर पर पहुँचता है, उसका दरवाजा अचानक ही खुल जाता है और उसके सामने, प्रवेशद्वार पर, आदर के साथ अपने हाथों में खाने की एक तश्तरी लिए हुए, खड़ी हुई एक महिला उपस्थित होती है। नम्रता के साथ वह नीचे देखती है— वह भिक्षु को नहीं देखती—क्योंकि यह उसके प्रति अशिष्टता होती, वह यह दिखाने के लिए कि वह आडंबरहीन है, शर्मीली है और एक अच्छे नाम वाली है, नीचे देखती है। भिक्षु, चलकर उसके पास आता है और अपने कटोरे को दोनों हाथों से पकड़ता है। वास्तव में, पूर्व में, कोई भी कटोरे या कप को हमेशा अपने दोनों हाथों से ही पकड़ता है क्योंकि उसे एक हाथ से पकड़ना, केवल खाने के प्रति असम्मान प्रदर्शित करता है, खाना बहुमूल्य है, इसीलिए ये दोनों हाथों के द्वारा ध्यान देने योग्य है। इसलिए— भिक्षु, कटोरे को स्थिररूप से अपने दोनों हाथों में पकड़ता है। महिला उसमें उदारतापूर्वक खाना रखती है, और तब वापस लौट जाती है, कोई बातचीत नहीं होती, कोई दृष्टि नहीं डाली जाती, क्योंकि भिक्षु को खिलाना सम्मानजनक है, भार नहीं, भिक्षु को खिलाना उस ऋण में से थोड़े को दिए जाने के बराबर है, जो सभी गिरे हुए लोग, उन लोगों के प्रति, जो पवित्रक्रम के हैं, महसूस करते हैं।

¹⁴अनुवादक की टिप्पणी : बाओबाब अफ्रीकी मूल का पेड़ है, जिसका तना अत्यधिक मोटा होता है और इसके फल लौकी के समान गूदेदार और खाने योग्य होते हैं, इसे वानर—रोटी (monkey bread) भी कहा जाता है।

घर की महिला अनुभव करती है कि उसे और उसके घर को इज्जत प्रदान की गई है, एक पवित्र आदमी, उसके दरवाजे पर आया था, वह अनुभव करती है कि उसके खाना बनाने को श्रद्धा प्रदान की गई है, वह आश्चर्य करती है कि यदि शायद, कोई दूसरा भिक्षु आये और उन कृपापूर्ण शब्दों को कहे, जो पहले भिक्षु ने, खाने के बारे में, जो उसे दिया गया था, (दूसरे भिक्षु को) कहे थे और उसने उसे, उसके दरवाजे पर भेजा था। दूसरे घरों में, महिलाएँ, अपनी पर्दा पड़ी हुई खिड़कियों से, आश्चर्य करते हुए, ईर्ष्या के साथ झांक रही होंगी, कि भिक्षु ने, भिक्षा के लिए, उनको क्यों नहीं चुना।

अपना कटोरा भर जाने के बाद, भिक्षु, अभी-भी अपने दोनों हाथों में पात्र को पकड़े हुए, धीमे से मुड़ जाता है और किसी मित्रवत् पेड़ की शरण लेने के लिए, सड़क के पार जाता है। वह वहाँ बैठेगा, जैसा कि वह दिन के अधिकांश समय में बैठता है, और अपने शाम के खाने को खायेगा, दिनभर में केवल एक खाना। भिक्षु कभी ज्यादा नहीं खाते, वे अल्प भोजन पर ही जिंदा रहते हैं और मात्र अपनी शक्ति को बनाये रखने के लिए, और अपने स्वास्थ्य के लिए खाना खाते हैं परंतु ये सब उन्हें पेटू बनाने के लिए काफी नहीं होता। अत्यधिक खाना, आध्यात्मिक उन्नति को रोकता है, अत्यधिक पौष्टिक भोजन या तला हुआ खाना, भौतिक स्वास्थ्य को मलिन करता है, और यदि किसी को अपनी आध्यात्मिकता में विकास करना है, तो उसे ऐसे जीवित रहना चाहिए जैसे कि भिक्षु रहते हैं, पर्याप्त खाएँ परंतु अधिक नहीं, सादा खाएँ जो अंग लगे, परंतु पौष्टिक खाना नहीं, ताकि मन संतुष्ट हो जाये और आत्मा मिट्टी के खोल में बंद बनी रहे।

इसकी व्याख्या की जानी चाहिए कि भिक्षु, जिसको खाना मिला, वह आवश्यक रूप से कृतज्ञता ज्ञापन नहीं करता। पूर्व में, बहुत प्राचीन काल से जीवन इसी प्रकार चलता रहा है! भिक्षु को, खाना अधिकार के रूप में दिया जाता है, वह भिखारी नहीं है, न ही वह बोझ है, वह कोई बेरोजगार व्यक्ति नहीं है और न ही परजीवी।

दिन के मध्य, शाम के खाने से पहले, वह भिक्षु, जो भी रास्ते में उससे मिलने आते हैं, उन सभी को उपलब्ध होता हुआ, जिन्हें उसकी सेवाओं की आवश्यकता है, उन सभी को उपलब्ध होता हुआ, घण्टों तक पेड़ के नीचे बैठेगा। वे, जो आध्यात्मिक सौत्वना चाहते हैं, और वे भी जिनके रिश्तेदार बीमार हैं, या वे भी, जो एक अत्यावश्यक पत्र लिखवाना चाहते हैं, सहायता के लिए उसके पास आयेंगे। कुछ उस भिक्षु को देखने, सुनने के लिए भी आयेंगे, यदि उसके पास, दूर के स्थान में स्थित, उनके प्रिय जनों के कोई समाचार हों, क्योंकि भिक्षु, शहर से शहर देहातों में चलते हुए, सीमा से सीमा तक, देशाटन करते हुए, हमेशा ही नगर-नगर चलता फिरता रहता है और भिक्षु अपनी ये सेवाएँ बिना मूल्य देता है, कोई फर्क नहीं पड़ता, उसकी आवश्यकता क्या है, वांछित सेवाओं में कितना लंबा समय लगता है, इसका भी कोई अर्थ नहीं। ये निशुल्क हैं। वह एक पवित्र और शिक्षित आदमी है! वह जानता है कि गाँव के कई लोग, जो अत्यधिक गरीब हैं, जिन्हें उसकी और उसकी सहायता की आवश्यकता है, वे उसे कुछ दे नहीं सकते, वे स्वेच्छापूर्वक भेंट देते हैं। इस प्रकार ये ठीक और न्यायोचित है कि उसे अपने ज्ञान के लिए अध्ययन करना पड़ता है, और चूँकि वह लोगों को आध्यात्मिक सौत्वना देता है, उसके पास न तो समय होता है और न हाथों से काम करने और अपनी जीविका कमाने का कोई अधिकार। इसलिए ये कर्तव्य, विशेषाधिकार और सम्मान भी बन जाता है कि वे, जिनकी उसने सहायता की है, बदले में उसकी सहायता करेंगे और कुछ सीमा तक, उसे खाने को देंगे, ताकि वह अपने शरीर और आत्मा को एक साथ बनाये रख सके। खाना खाने के बाद, भिक्षु थोड़ी देर के लिए आराम करेगा और तब अपने पैरों पर खड़ा होकर महीन मिट्टी से अपने कटोरे को साफ करेगा, अपने दंड को उठायेगा और अक्सर भूमध्यरेखीय चमकीले चंद्रमा की रोशनी में, रात में लंबे-लंबे डग भरेगा। भिक्षु दूर तक और तेजी से चलते हैं और बहुत कम सोते हैं। वह आदमी, सभी बौद्ध देशों में सम्मानित किया जाता है।

हमें भी, देने के लिए इसी प्रकार तैयार रहना चाहिए, ताकि हम प्राप्त कर सकें। बहुत पुराने

समय में, ये एक दिव्य नियम था कि सभी आदमी अपनी सम्पत्ति का दसवां हिस्सा देते थे, ताकि उससे कुछ भला गढ़ा जा सके। ये दसवां "तिथे" के नाम से जाना जाता है। जल्दी ही, ये जीवन का एक अभिन्न अंग बन गया। इंग्लैण्ड में, उदाहरण के लिए, चर्च भी पूरी संपत्ति के ऊपर, सभी चीजों के ऊपर, जो उस व्यक्ति के पास होती थीं, तिथे का कर लागू करते थे। ये धन, चर्च को बनाये रखने के लिए समर्पित किया जाता था और हितग्राहियों (incumbents) को वृत्ति (stripend) के रूप में प्रदान किया जाता था। ये ध्यान देना दिलचस्प है कि कुछ दस साल पहले, इंग्लैण्ड में काफी कानूनी प्रकरण (विचाराधीन) थे, जहाँ आनुवांशिक भू-स्वामियों ने इस महान प्रथा के विरुद्ध देश की अदालतों में दस्तक दी, कि इंग्लैण्ड के चर्च द्वारा लगाया गया तिथे, समाप्त कर दिया जाये। आनुवांशिक भूमिस्वामी, ये शिकायत कर रहे थे कि अपनी आमदनी का दसवां हिस्सा चर्च को देना, उनको बरबाद कर रहा था। वास्तव में, वे स्वेच्छापूर्वक न देने के कारण बरबाद हो रहे थे, क्योंकि जबतक कि कोई स्वेच्छा से न दे, न देना ही बेहतर है।

आजकल के मानक, वर्षों पुराने मानकों से एकदम अलग हैं। अब लोग तिथे के ऊपर निर्भर नहीं हैं और न ही वे तिथे का भुगतान करते हैं और अब ये तरस है। ये आवश्यक है कि यदि कोई आध्यात्मिक उन्नति करना चाहता है तो उसे दूसरों की भलाई के लिए तिथे देना चाहिये—और विशेषरूप से चूँकि "दूसरों की भलाई" खुद को भी भलाई लाती है। संक्षेप में, यदि हम दूसरों की मदद करें, केवल तभी हम उन्नति कर सकते हैं और मदद पा सकते हैं।

हम काफी संख्या में उन लोगों को जानते हैं, जो कठोर सिर वाले व्यापारी हैं, जिनका कोई आध्यात्मिक रुझान नहीं है, जो स्वेच्छापूर्वक, अपनी आमदनी का दसवां हिस्सा, दूसरों की भलाई के लिए—और, अधिक विशिष्टता के साथ, अपनी खुद की भलाई के लिए देते हैं। वे इसे इसलिए नहीं करते क्योंकि वे धार्मिक हैं, वे ऐसा इसलिए करते हैं क्योंकि कठोर व्यापारिक अनुभवों ने और उनके लेखे की पुस्तकों ने "पानी पर रोटियों सेकते हुए (casting their bread upon waters)," उनको ये सिखा दिया है कि ये उनकी ओर, हजार गुना होकर वापस लौट आता है¹⁵!

पैसा उधार देने वाले महाजन—जिन्हें विश्व के कुछ भागों में "वित्तीय निगम (financial corporation)" कहा जाता है—आध्यात्मिकता के लिए और उदारता के लिए सदैव उल्लेखनीय नहीं होते और हमें ऐसा लगता है कि इन पैसा उधार देने वाले वित्तीय सज्जनों में से एक में भी, यदि "तिथे देने के प्रति" पर्याप्त विश्वास होता, तब वास्तव में, इस योजना में बहुत कुछ लाभदायक हो सकता था, और हम जानते हैं कि अनेक—अनेक कठोर मस्तिष्क वाले व्यापारी, इसे मात्र करते हैं।

गूढ़ विज्ञान के नियम, अनाध्यात्मिक लोगों पर भी वैसे ही लागू होते हैं जैसे कि आध्यात्मिक लोगों पर। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि कोई व्यक्ति काफी अध्ययन करता है और काफी आध्यात्मिक पुस्तकों को पढ़ता है, ये किसी व्यक्ति को आध्यात्मिक नहीं बनाता। वह केवल पढ़ रहा हो सकता है और स्वयं को ये सोचते हुए कि वह आध्यात्मिक है, धोखे में डालता है। विषय, जिसे वह पढ़ रहा है, वह सीधा उसकी आँखों से गुजरता है और एक बार भी, उसके, मस्तिष्क की स्मृति कोशिकाओं से टकराये बिना, विरली हवा में उड़ जाता है। फिर भी, यह व्यक्ति अपने आपको "महान आत्मा" के रूप में बताता है और वास्तव में, विश्वास करता है कि वह उन्नति कर रहा है। वास्तव में, वह सामान्यतः खुद की नजर में न्यायसंगत और दूसरों को मदद करने के प्रति काफी अनिच्छुक हो सकता है, यद्यपि फिर भी, दूसरों को मदद करके वह अपने आपकी ही बड़ी मदद करेगा।

हम दुबारा दुहराते हैं कि यह सटीक, समुचित और लाभप्रद है कि एक व्यक्ति, दूसरों की मदद करेगा। संयोगवश यह उस व्यक्ति के लिये, जो देता है, बहुत ही लाभदायक है!

¹⁵अनुवादक की टिप्पणी : यह मानव जीवन की झलकियों के ऊपर, सोलोमन द्वारा, सम्भवतः ईसा पूर्व 250 में, लिखी गयी एक पुस्तक, "द ओल्ड टेस्टामेंट (The Old Testament)" में दी गयी सूक्तियों में से एक है, जो लोगों को विश्वस्त करती है कि उनके द्वारा किये गये अच्छे काम, अंततः उनको ही फलदायी होंगे।

जैसा हम पहले कह चुके हैं, तिथे का अर्थ है, दसवां भाग। इसका ये भी अर्थ है कि ये जीवन का एक तरीका है क्योंकि, जो देता है वही पाता है। जब हम किसी व्यक्ति को, जिसको काफी सहायता दी गई थी, लिखते हैं, हम उसे अपने मन में रखते हैं! सहायता और मदद, जिसकी लागत धन, समय, विशिष्ट ज्ञान के रूप में थी। उस आदमी ने, जहाँ तक एक मुसीबत से छुटकारा पाया, एक नये बोये गये खेत में, मैनाओं के एक समूह की भाँति, दूसरी मुसीबतें उसके सिर पर आ पड़ीं। हमने कहा “लेने से पहले, आपको कुछ देना चाहिए था।” व्यक्ति बहुत अधिक आहत हुआ और उसने हमें समझाया कि (कभी) वह सर्वाधिक उदार था और जैसा कि स्थानीय समाचारपत्र भी प्रमाणित करते थे, वह दूसरों को मदद करने के लिए हर संभव प्रयास करता था। हमारा झगड़ा ये है कि यदि व्यक्ति को किए गए “अच्छे कार्यों” को स्थानीय समाचार पत्रों में छपवाना पड़ता है, तो वह सही मायनों में, कुछ नहीं दे रहा है।

अनेक ढंग हैं, जिनमें हम दे सकते हैं। हम अपनी आमदनी का दसवां भाग, अच्छे कामों में देने के अतिरिक्त, दूसरों को, उनकी आध्यात्मिक आवश्यकताओं में मदद कर सकते हैं, और जब वे बुरे वक्त में गुजरें, आवश्यक सांत्वानाओं से उनकी मदद कर सकते हैं। दूसरों को देने में, हम खुद को ही देते हैं। इसलिए ठीक वैसे ही, एक व्यापारी को, ‘देने का’ एक अच्छा लेनदेन (turn-over) करना चाहिए, ताकि उसका व्यापार अच्छा हो, ताकि व्यापार फल-फूल सके, ताकि वह प्राप्त कर सके।

हमें दूसरों को मदद करने के लिए देना चाहिए, हमें देना चाहिए ताकि, हमारी भी मदद की जा सके।

जबतक कि आप ये प्रदर्शित न करें कि आप उन लोगों को देने के लायक हैं, जिन्हें इसकी आवश्यकता है, ये प्रार्थना करना बेकार है कि आपको कुछ दिया जाये। इसका अभ्यास करें, देने का अभ्यास करें, ये तय करें कि आप कितना दे सकते हैं, आप क्या दे सकते हैं और कैसे। क्यों और कैसे को सुलझा देने के बाद, तब आप इसे और अभ्यास में लायें। तीन महीने के लिए आप ये प्रयत्न करें। आप पायेंगे कि तीन महीने की समाप्ति पर आपकी जेब में कुछ है, या तो आध्यात्मिक या आर्थिक अथवा दोनों। क्या आप इसका अध्ययन करेंगे, और दुबारा अध्ययन करेंगे, और याद रखेंगे “दे ताकि आपको मिल सके (Give that ye may receive),” अपनी रोटियों को पानी के ऊपर सेकें (cast your bread upon the waters)।

पाठ पंद्रह

अपने "प्रिय खजाने को" अटारी में संभालकर रखना—पूरे विश्व में, ये एक पुरानी रीति है "खजाना," जिसको कोई आदमी 'बुढ़ापे के समय' के लिए संभाल कर रखता है। जबतक कि—शायद कोई किसी दूसरी चीज के लिए ढूँढ़-ढकोर न कर रहा हो—अक्सर ये चीजें, अटारी में, आधी भूली हुई रहती हैं। धूल भरी और बदबूदार, सीलन भरी, मकड़ी के जालों से भरी हुई अटारी में, आधे अंधेरे अंधकार में, कोई (यदाकदा ही) सामान्यतः चुपके-चुपके, मुश्किल भरी उन सीढ़ियों पर ऊपर जाता है।

यहाँ, गुजरे हुए वर्षों का प्रबलरूप से स्मरण कराती हुई, किसी पोशाक बनाने वाले की एक पुरानी डमी है, क्योंकि तब उसके लिये बनाई गई पोशाक, अब उस पर फिट नहीं बैठती! पुराने पत्रों की एक पेटी, या एक से अधिक पेटी हो सकती हैं। नीले फीते से बंधे हुए, अथवा गुलाबी से—वे क्या हैं ? ज्यों ही, कोई एक के विषय में देखता है, तो वह उन दूसरी तमाम अन्य चीजों को भी देखने लगता है, जो लगभग भूली जा चुकी हैं, वे चीजें, जो मधुर स्मृतियों को और बुरे समय की स्मृतियों को भी जिंदा कर देती हैं।

क्या आप अपनी अटारी में, अक्सर, चहल कदमी करते हैं? यह अक्सर देखने लायक है, क्योंकि कुछ उपयोगी चीजें, अटारी में संग्रहीत की जाती हैं, चीजें, जो किसी की स्मृतियों को वापस लाती हैं! चीजें, जो किसी के सामान्यज्ञान में वृद्धि करती हैं। समस्याएँ, जो गुजरे समय में हमारे सामने होती थीं और अब नयी समस्याओं ने, उनको वर्षों के अंतराल में होकर प्राप्त अनुभवों से—सीखे गए पाठों से—नये प्राप्त ज्ञान की सहायता से, प्रयासरहित रूप से, खिसकाकर एक बगल से कर दिया!

परंतु, इस विशिष्ट पाठ में, हम आपसे आपकी अटारी के बारे में पूछने नहीं जा रहे हैं! हम ये सुझाव देने जा रहे हैं कि आप हमारे साथ आयेँ, बगल से, पुरानी रेलिंग पकड़ते हुए, हमारे पीछे—पीछे, घूमती हुई, लकड़ी की सीढ़ियों पर चढ़ें, इन चटकने वाली सीढ़ियों पर ऊपर जायें, जो किसी को ये महसूस कराती हैं कि वे किसी भी क्षण टूटने वाली हैं, परंतु वे कभी टूटती नहीं। हमारे साथ हमारी अटारी में आयें। इस पाठ को, और बाद में, जो कुछ हमारी 'अटारी' के कमरों में हो, उसको यों ही सरसरी निगाह से देखें। इसमें सभी प्रकार की जानकारी के छोटे-छोटे अंश हैं, जो आवश्यकरूप से, एक पृथक पाठ के रूप में ठीक नहीं बैठते परंतु वे आपके लिए निश्चितरूप से मूल्यवान और दिलचस्प होंगे। इसलिए हमारी अटारी के बारे में सोचें, पढ़ते जायें और देखें कि इसमें से कितना आपके ऊपर लागू होता है, इसमें से कितना, आपके छोटे संदेहों, छोटी अनिश्चितताओं, जो आपके दिमाग को चिड़चिड़ा बना रही थीं या कुछ समय के लिए आपको परेशान कर रहीं थीं, को मिटाता है।

जब हम इस पाठ को तैयार कर रहे थे, हमने सरसरी निगाह से देखा, हमने, कुछ सिद्धांतों को अस्तव्यस्त करते हुए, और उन पर से काफी धूल! हटाते हुए, विभिन्न पुराने कोनों में भी खोजा! हमने उन लोगों के ऊपर अपना ध्यान केन्द्रित किया, जो अत्यधिक ध्यान करते हैं। आप जानते हैं, आप अत्यधिक कड़ी मेहनत कर सकते हैं। हम पुरानी कहावत से पूरी तरह परिचित हैं "आदमी अत्यधिक कठोर परिश्रम से कभी नहीं मरा," परंतु हम ये स्थिर करते हैं कि यदि कोई ध्यान करने में, बहुत कड़ी मेहनत करता है, तब वह पीछे की तरफ यात्रा करता है। अपने काम में, हम अक्सर विद्यार्थियों से पत्र प्राप्त करते रहते हैं, जो कहते हैं "परंतु मैंने बहुत कड़े प्रयास किए, मैंने ध्यान लगाया और पूरा ध्यान लगाया, और मुझे कुल मिलाकर सिरदर्द ही मिला। मैं किसी भी उस विचार को नहीं पा सका, जिसका आप उल्लेख करते हैं!" हाँ, ये एक छोटा 'खजाना' है, जिसे हम, कुछ समय के लिए रुककर, जाँच सकते हैं—कोई अक्सर, अत्यधिक कठोर परिश्रम कर सकता है। ये मानवता का विचित्र व्यवहार है, अथवा, संभवतः अधिक सही रूप से, मानव मस्तिष्क का दोष, कि यदि कोई, अत्यधिक परिश्रम करता है, वह किसी भी प्रकार से अधिक उन्नति नहीं करता, वास्तव में अत्यधिक परिश्रम करने के प्रयास में, कोई

स्थिर बनाये रख सकता है, जिसे केवल “ऋणात्मक पोषण (negative-feedback)” कहा जा सकता है। हम सभी जानते हैं कि एक मलिन (stodgy) साथी, जो अपने जीवन में हमेशा पैर घसीटता, कठोर तरीके से प्रयास करता हुआ, और अधिक प्रयास करता है, और किसी भी दूसरे की तुलना में अधिक प्रयास करता है, परन्तु कहीं नहीं पहुँचता, वह हमेशा दुविधा की, अनिश्चितता की, स्थिति में रहता है। फिर, जब हम अपने दिमागों के ऊपर अधिक जोर डालते हैं, तो हम फालतू विद्युत आवेश पैदा करते हैं, जो वास्तव में, और अधिक विचारों को भर देता है!

आप इलेक्ट्रॉनिक्स इंजीनियर नहीं भी हो सकते हैं परन्तु यदि इलेक्ट्रॉनिकी तथा विद्युत को मानव मस्तिष्कों के अध्ययन में काम में लाया जाये तो ये अध्ययन अत्यन्त सुविधाजनक होंगे। मानव मस्तिष्क में इलेक्ट्रॉनिकी के साथ काफी समानतायें हैं। उदाहरण के लिये, क्या आप जानते हैं, एक सामान्य रेडियो नलिका (electron tube or valve)¹⁶, किसप्रकार कार्य करती है ? उसमें एक तप्त तन्तु (hot filament) होता है जो बैटरी या मुख्यधारा से गर्म किया जाता है। तन्तु, गर्म किये जाते समय इलेक्ट्रॉनों को पूर्णतः अनियंत्रित ढंग से बाहर निकालता है। इलेक्ट्रॉन बहते हैं, वे फुटबॉल मैच की तरफ जाने वाली एक पगलाई हुई भीड़ की तरह से धाराओं में बहते हैं। यदि इन इलेक्ट्रॉनों को अनियंत्रितरूप से, कैसे भी घूमने फिरने के लिये जाने दिया जाये, तो ये रेडियो या इलेक्ट्रॉनिकी में एकदम निरर्थक होगा। नलिका में कॉच का एक खोल (envelope) होता है। तप्त तन्तु, इस खोल में रहता है और जब ये गर्म हो जाता है, तो सभी तरफ इलेक्ट्रॉन विकरित होते हैं, परन्तु ये बेकार हैं; हम इन इलेक्ट्रॉनों को, एक जिसे ‘प्लेट (plate)’ कहते हैं, पर इकट्ठा करना चाहते हैं, जो तन्तु के समीप ही रहती है। चीजें जैसी हैं, यदि वहाँ केवल तन्तु और प्लेट ही रहे होते, तो इलेक्ट्रॉनों को इकट्ठे करने का यह तरीका, अनियंत्रित, या वहशी ही रहा होता, जिससे रेडियो कार्यक्रम, या हम जिस किसी को भी प्राप्त करने का प्रयत्न कर रहे होते, में विकृति (distortion) आती। इंजीनियरों ने पाया कि, इन दोनों के बीच, तन्तु और प्लेट के बीच में, यदि वे एक चीज, जिसे ग्रिड (grid) कहते हैं, लगा दें और उसको ऋणात्मक विभवान्तर दें, तब ये तन्तु और प्लेट के बीच, इलेक्ट्रॉनों के बहाव को नियंत्रित करेगी। इसलिये ये ग्रिड, जो वास्तव में, एक जाली होती है—बहुधा ये तार की एक जाली होती है—ऐसे कार्य करती है, जिसे ग्रिड वॉयस (grid bias) कहा जाता है। यदि कोई अत्यधिक ग्रिड वॉयस लगा दे तब फिलामेंट से प्लेट की तरफ, इलेक्ट्रॉन बिल्कुल प्रवाहित नहीं होंगे, वे सभी ग्रिड के द्वारा विकर्षित कर दिये जायेंगे। ग्रिड वॉयस को एक समुचित मान पर बदलते हुए, वांछित नियंत्रण को प्राप्त किया जा सकता है।

इससे पहले कि आप रेडियो से थक जायें, हम अपने मस्तिष्क की ओर वापस चलें! जब हम अत्यधिक ध्यान केन्द्रित करते हैं, जब हम, वास्तव में, एक समस्या के ऊपर, “अपने मस्तिष्क को मोड़ लेते हैं,” हम सभी, अक्सर अत्यधिक “ऋणात्मक ग्रिड वॉयस,” जो विचारों को पूरी तरह से रोकने का प्रभाव डालता है, लगाते हैं। इसलिये हमको अत्यधिक कठोर प्रयास नहीं करना चाहिये, हमें इसके बारे में संवेदनशील होना चाहिये, हमें हर समय यह चीनी कहावत याद रखनी चाहिये ‘बंदर को धीमे—धीमे पकड़ो (softlee softlee catchee monkey)।’ हमें अपनी ध्यान (एकाग्रता) केन्द्रित करने के संबंध में इस ढंग से जाना चाहिये कि हमारा मस्तिष्क इससे थके नहीं। उतना ही करो, जितना कि आपकी क्षमता में है, “मध्यम मार्ग” अपनाओ।

¹⁶अनुवादक की टिप्पणी : पुराने रेडियो सैटों, प्रसारण (transmission) सैटों, यहाँ तक कि प्रथम पीढ़ी के संगणकों (first generation computers) में भी रेडियो नलिकाओं (radio tubes) यथा डायोड (diode), ट्रायोड (triode), टेट्रोड (tetrode), पेंटोड (pentode) आदि विभिन्न प्रकार के वाल्व उपयोग में लाये जाते थे। इनमें अत्यधिक ऊर्जा व्यय होती थी, जिससे इनमें अत्यधिक उष्मा उत्पन्न होती थी, और इन्हें ठंडा करने की व्यवस्था भी बनानी पड़ती थी, ये अत्यधिक स्थान घेरते थे तथा इनकी लागत भी अधिक होती थी। परन्तु पहले अर्धचालकों (semiconductors) तथा बादमें 1958 में ट्रांजिस्टर (transistor) के आविष्कार के बाद, ये इलेक्ट्रॉन नलिकायें तेजी के साथ अनुपयोगी हो कर चलन के बाहर हो गईं। वर्तमान में सभी इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों में समाकलित परिपथों (integrated circuits) का उपयोग किया जाता है, जिसके कारण सभी इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों का आकार, उनकी ऊर्जा खपत और लागत एकदम घट गई है और दक्षता बढ़ गई है।

मध्यमार्ग, जीवन का पूर्वी ढंग है। इसका अर्थ है कि न तो आप अत्यधिक बुरे हों और न दूसरी ओर, आपको अत्यधिक भला होना है, आपको कुछ बीच में होना है। यदि आप अत्यधिक बुरे हैं तो पुलिस आपको पकड़ लेगी, यदि आप अत्यधिक अच्छे हैं तो या तो आप घमण्ड से भर जायेंगे या इस दुनियाँ में टिके रहने लायक नहीं बचे रहेंगे, क्योंकि ये एक तथ्य है कि, हमारे इस दुखी संसार में महान अस्तित्व भी आये, मगर, हमेशा किसी न किसी प्रकार की अयोग्यता लेकर ही आये, कुछ में चरित्र की कमी, ताकि जबतक वे पृथ्वी पर रहें, वे पूर्ण न हों, क्योंकि कोई भी पूर्ण चीज इस अपूर्ण विश्व में रह नहीं सकती।

एक बार फिर, बहुत अधिक कठोर प्रयास न करें, क्षमताओं के अंदर, अपनी संभावनाओं के अंदर, स्वभाविकरूप से प्रयास करें। आपको दूसरों के कहने पर, किसी के प्रति, किसी प्रकार की गुलामीपूर्ण संयुक्ति (adherence), नहीं करनी है, अपनी सामान्य बुद्धि का उपयोग करें, उस चीज का या कथन का, जो आपको अच्छा लगता है, अनुशीलन करें। हम कह सकते हैं “ये एक लाल कपड़ा है,” परन्तु आप इसे भिन्न तरीके से देख सकते हैं, आपके लिये, ये गुलाबी या नारंगी या हल्के से बैंगनी रंग का भी हो सकता है, ये उन हालातों के ऊपर निर्भर करता है, जिनमें आपने कपड़े को देखा; आपकी प्रकाश व्यवस्था, हमारी प्रकाश व्यवस्था से और आपकी नजर, हमारी नजर से अलग हो सकती है। इसलिये अत्यधिक कठोर प्रयास न करें और न ही किसी चीज के साथ, गुलाम होकर चिपके रहें। सामान्य समझदारी का प्रयोग करें, मध्यमार्ग का उपयोग करें, मध्यमार्ग बहुत बहुत लाभदायक चीज है!

मध्यमार्ग का प्रयास करें, ये सहनशीलता का, दूसरों के अधिकारों के सम्मान करने का और अपने स्वयं के अधिकारों को सम्मान कराने का तरीका है। पूर्व में पुजारी और दूसरे लोग, जूड़ो या कुश्ती के दूसरे तरीके सीखते हैं, इसलिये नहीं कि कथित पुजारी लोग लड़ाकू हैं, परन्तु जूड़ो या कुश्ती की किसी प्रकार की चीजों को सीखने में, कोई स्वयं को नियंत्रित करना सीख लेता है, कोई स्वयं के प्रति निग्रह, और सबसे अलग हटकर कोई वह तरीका, जिससे कि वह जीत लेता है सीख लेता है। जूड़ो को ही लें; इसमें कोई अपने खुद की ताकत को ही युद्ध जीतने के लिये उपयोग नहीं करता, वह विरोधी की ताकत का भी, इस तरह से कि उसे हराया जा सके, उपयोग करता है। जूड़ो जानने वाली एक अत्यधिक छोटी औरत भी, एक विशालकाय, क्रूर, निर्दयी आदमी को हरा सकती है। आदमी, जितना अधिक ताकतवर होगा, वह उतनी ही अधिक तीक्ष्णता के साथ हमला करता है, और उसे हरा देना उतना ही अधिक आसान है, क्योंकि उसकी खुद की ताकत, उसको अधिक धड़ाम से गिराने में सहयोगी होती है।

अब हम जूड़ो या विरोधी की ताकत को अपनी समस्याओं से उबरने में उपयोग करेंगे। अपने आपको थकाये नहीं या एकदम थकाकर समाप्त न कर दें, समस्या, जो आपको परेशान कर रही है, के ऊपर सोचें, मुद्दे को छिपायें नहीं क्योंकि, ऐसा अनेक लोगों के साथ होता है। अनेक लोग समस्या को देखने से ही डरते हैं, वे अनुमानित रूप से, समस्या के इर्दगिर्द ही घूमते रहते हैं, परन्तु कहीं पहुँच नहीं पाते। कोई बात नहीं, कोई विषय कितना भी असुखद क्यों न हो, कोई बात नहीं, आप किसी चीज के बारे में, अपने आपको कितना ही दोषी क्यों न मानें, अपनी समस्या के मूल तक पहुँच जायें, पता करें कि आपको परेशानी क्या है, जो आपको डराती है। जब आप, समस्या के हर पहलू के ऊपर, स्वयं के साथ अच्छी तरह चर्चा कर लें, इसके ऊपर सो¹⁷ जायें! यदि आप, “किसी चीज के ऊपर सो जाते हैं,” तो यह आपकी आत्मा, अधिस्वयं में प्रवेश कर जाती है, जिसकी समझ आपसे अधिक है, क्योंकि वास्तव में, मानव शरीर की तुलना में, अधिस्वयं एक महान अस्तित्व है। तब आपका अधिस्वयं, और आपका

¹⁷अनुवादक की टिप्पणी : समस्या के ऊपर सोने से लेखक का आशय है, समस्या के ऊपर गम्भीरतापूर्वक विचार करते हुए सो जाना, ऐसी स्थिति में समस्या अवचेतन में प्रवेश कर जाती है, और कई बार स्वप्न में या अनायास ही जाग्रत अवस्था में, समस्या का समाधान मिल जाता है। 1913 में डेनिश वैज्ञानिक नील्स बोहर (Niels Bohr) द्वारा परमाणु संरचना (atomic structure), तथा 1865 में जर्मन रसायन शास्त्री फ्रेड्रिक अगस्त केक्यूले (Friedrich August Kekule) द्वारा बेंजीन की रिंग संरचना की जानकारी, इसके प्रमुख उदाहरण माने जाते हैं।

अवेचन भी, समस्या की जाँच करता है और एक सुझाव के साथ आता है, तो वह सुझाव आपकी याददाश्त में, आपके चेतन मन को दे दिया जाता है, ताकि जब आप जगें आप हर्षपूर्ण आश्चर्य के साथ, चिल्लाकर पुकार सकें कि आपको वह उत्तर मिल गया है, जो आपको परेशान कर रहा था और वह अब से आगे आपको और अधिक परेशान नहीं करेगा।

क्या आपने हमारी अटारी को पसंद किया ? अब हम दूसरे छोटे "खजाने," जो थोड़ी सी धूल इकट्टी करता हुआ, बेकार पड़ा है, की तरफ चलें। यह समय है कि हम इसकी तरफ देखें, हम इसे थोड़ी सी हवा दें और इसे एकबार फिर, दिन के प्रकाश को देखने दें। इस बंडल में क्या है ? हम इसे खोलें और देखें!

आजकल काफी सारे लोग यह सोचते हैं कि, वास्तव में अच्छा होना, वास्तव में खराब होने के समान है। वे काफी गलत ढंग से सोचते हैं कि यदि कोई "धार्मिक" है, तो उसे दुखी चेहरे के साथ, गंभीर होकर रहना चाहिये। ऐसे लोग मुस्कराने से डरते हैं, आवश्यक रूप से इसलिये नहीं कि इससे उनका चेहरा चटक जायेगा, परन्तु हो सकता है—जो और भी अधिक खराब है!—उनके चेहरे का मुखौटा, जिसे वे दिखाते हैं, जिसके ऊपर धार्मिक विश्वासों का मुलम्मा चढ़ाते हैं, वह चटक जायेगा! हम सभी उदास, बूढ़े आदमी को जानते हैं, जो मुस्कराने अथवा जीवन में थोड़ा सा भी आनन्द लेने से, लगभग डरा रहता है, यदि उसे क्षण भर के लिये, इस अवस्था में नरक में भुनते हुए, भव्यता से हटकर, कठिन समय मिले।

धर्म, वास्तविक धर्म, एक आनन्दमय चीज है। यह हमें इस पृथ्वी के बाहर, जीवन का भरोसा दिलाता है, यह उस सब चीज के लिये हमको पारितोषिक का वायदा करता है, जिसके लिये हम संघर्ष करते रहे हैं, ये हमें वायदा करता है कि मृत्यु नहीं होती, चिन्ता करने की कोई कारण नहीं, ऐसी कोई चीज नहीं, जिससे भयभीत हुआ जाये। अधिकांश मनुष्यों में मृत्यु का भय समाया हुआ रहता है। ऐसा इसलिये है क्योंकि, यदि कोई बाद के जीवन के आनन्द को याद करे, तब अपने इस जीवन को समाप्त करने, और प्रसन्नता के लिये आगे जाने के लिये, लालायित हो सकता है। ये ऐसा ही होगा जैसे कि, एक लड़का कक्षा को छोड़कर, खेलने के लिये भागकर चला जाये, जो उन्नति की ओर नहीं ले जाता!

धर्म, यदि हम वास्तव में, विश्वास रखते हैं, हमें वायदा करता है कि जब हम इस विश्व की सीमाओं के बाहर जायेंगे, हम उन लोगों के संपर्क में और अधिक नहीं रहेंगे, जो वास्तविक रूप से, हमें विपत्ति में डालते हैं, हम उन लोगों से और अधिक नहीं मिलेंगे, जो हमारे इन स्नायुओं को पीसे डालते हैं, हमारे आत्मा को कटु बनाते हैं। धर्म में आनन्द, क्योंकि यदि आप, वास्तव में, एक सही धर्म का पालन करते हैं, तो ये वास्तव में आनन्द की चीज है, और ऐसी चीज, जिसके संबंध में किसी को आनन्दित होना चाहिये।

हमें अत्यन्त दुख के साथ स्वीकार करना चाहिये, कि अनेक लोग, जो गूढविज्ञान (occultism) या अमूर्तभौतिकी (meta physics) का अध्ययन करते हैं, सबसे बुरे आक्रामक होते हैं। केवल एक ही चलन है—ओ नहीं, हम कोई नाम नहीं रखते!—जो पूर्णतः आश्वस्त हैं, कि वे, और केवल वे ही, चुने गये हैं; वे, और केवल वे ही, अपने छोटे से स्वर्ग को आबाद करने के लिये बचे रहेंगे। हममें से शेष बचे हुए—बेचारे पापी, मृत्यु (mortals) निस्संदेह—हार्दिक रूप से असुखद विविध तरीकों से नष्ट होने वाले हैं। हम इस सिद्धांत का समर्थन बिल्कुल नहीं करते, हम विश्वास करते हैं कि जबतक कि कोई विश्वास करता है कि यही सब कुछ है, जो मायने रखता है। ये कोई मायने नहीं रखता यदि, कोई धर्म में, अथवा गूढविज्ञान में विश्वास रखता है, हरेक को विश्वास करना चाहिये।

गूढविज्ञान, पहाड़े की तुलना में, या इतिहास में भ्रमण करने की तुलना में, अब और अधिक रहस्यमय अथवा जटिल नहीं है। इसमें, केवल, विभिन्न चीजों को सीखना है, उन चीजों को सीखना है,

जो भौतिक नहीं है। यदि हमने अचानक ही खोज लिया कि कोई नस, मांसपेशी से कैसे काम कराती है या हम किसी पैर के अंगूठे को कैसे झटका दे सकते हैं, हमको हर्षातिरेक की अवस्था में नहीं जाना है, ये सब केवल सामान्य भौतिक मामले हैं। इसलिये, यदि हम जानते हैं कि ईथरी ऊर्जा को, एक से दूसरे व्यक्ति में कैसे स्थांतरित किया जा सकता है, हम मोहावस्था में क्यों पड़ें और क्यों सोचें कि आत्मायें हमें चारों ओर से घेर कर बैठी हैं ? कृपया ध्यान दें कि हम यहाँ "ईथरी ऊर्जा कह रहे हैं, ईथरी ऊर्जा" जो "प्राण" अथवा किसी दूसरे पूर्वी शब्द का सही अंग्रेजी अनुवाद है; जब हम भाषा के किसी पाठ्यक्रम को लिख रहे हैं, हम उस भाषा से जुड़े रहने को प्राथमिकता देते हैं!

आनन्द लें! आप गूढ़विज्ञान और धर्म के बारे में जितना ज्यादा पढ़ेंगे, जीवन के महान सत्य से जो कब्र के परे, हममें से हरेक के सामने होता है, उतना ही ज्यादा, सहमत होंगे। जब हम किसी कब्र में होकर गुजर जाते हैं, हम केवल अपने शरीर को, ठीक वैसे ही, जैसे कोई कपड़े के अपने पुराने सूट को, किसी कचरा उठाने वाले किसी कर्मी के द्वारा उठा लिये जाने के लिये, अपने पीछे छोड़ते हैं। यहाँ अमूर्तभौतिकी और धर्म के क्षेत्र में, डरने के लिये कुछ भी नहीं है, क्योंकि यदि आप उचित धर्म का पालन करते हैं, जितना ज्यादा आप इससे सीखते और सहमत होते हैं, उतना ही ज्यादा आप निश्चित पायेंगे कि यही धर्म है। वे धर्म, जो नरक की अग्नि या दैत्यपन का वायदा करते हैं, और यदि आप, रास्ते पर नहीं चले, तो सीधे और तंग रास्ते से दूर गिरेंगे, सिखाते हैं, अपने अनुयायियों की अच्छी सेवा नहीं कर रहे हैं। पुराने दिनों में, जब लोग कमोवेश बर्बर थे, बड़ी डण्डी से लगाम लगाना और लोगों को कुछ तरीके से डराना भी, संभवतः, अनुमत था, परन्तु अब दृष्टिकोण को भिन्न होना चाहिये।

कोई मां-बाप इससे सहमत होंगे कि बच्चों को, उसको लगातार धमकियाँ देने के बजाय, दयालुता से नियंत्रित करना आसान है। वे मां-बाप, जो हर समय बच्चों को पुलिस अथवा हौआ के आने की या बच्चों को उनको बेच देने की धमकी देते हैं, वे बच्चों में, और बाद में पूरी जाति में, अवसाद उत्पन्न करते हैं। परन्तु, वे मां-बाप, जो दृढ़ता के साथ, और अधिक दयालुता के साथ नियंत्रण करते हैं, और अपने बच्चों को प्रसन्नता से रहने देते हैं, वे वो लोग हैं, जो अच्छे नागरिक पैदा करते हैं। हम पूरे हृदय से इस दृष्टिकोण का समर्थन करते हैं, किसी को भी दयालुता और अनुशासन दोनों ही रखने चाहिये; अनुशासन का अर्थ, कभी भी कठोरता (harshness) या परपीड़न-रति (sadism) नहीं होना चाहिये।

फिर से, हम धर्म में आनन्द लें, हम उन मां-बाप के बच्चे बनें, जो प्यार, करुणा और समझदारी के साथ सिखाते हैं। हम सभी प्रकार के झूठों, आतंक के सभी आधारों और दण्डों और शाश्वत लानतों को छोड़ दें। शाश्वत निंदा जैसी कोई चीज नहीं है, कभी किसी का परित्याग नहीं किया जाता, ऐसी कोई चीज नहीं है, जिसमें किसी आदमी को आत्मलोक में से गायब किया जा सके। हर व्यक्ति को बचाया जा सकता है, वह कितना भी खराब क्यों न हो; किसी को भी बाहर नहीं निकाला जाता। आकाशीय अभिलेख, जिनके बारे में हम बाद में चर्चा करेंगे, बताते हैं कि यदि कोई व्यक्ति इतने भयानकरूप से खराब है कि उसके साथ क्षणभर के लिये भी कुछ नहीं किया जा सकता, तो उसे मात्र अपनी उन्नति में विलंबित किया जा सकता है और तब उसे, अस्तित्व के दूसरे चक्र में साथ आने के लिये, ठीक वैसे ही जैसे कि एक बच्चा, जो कक्षा में खेल रहा था और वर्ष पूरा होने के बाद परीक्षा में पास नहीं हो सका, अपने साथियों के साथ, अपनी से ऊँची कक्षा में नहीं जाता परन्तु दोबारा से पाठ्यक्रम का अध्ययन करने के लिये, नये सिरे से वापस लगा दिया जाता है, बाद में दूसरा अवसर दिया जाता है।

कोई ये नहीं कहेगा कि बच्चे को धीमी आग के ऊपर सेका जाये या भूखे दैत्यों के सामने चबाने के लिये उछाल दिया जाये क्योंकि, उसने अपने कुछ पाठों को छोड़ दिया था या बिगड़ल बच्चे की तरह से कई बार खेलता रहा था। उसको लगाये गये शिक्षक उससे, जितना वह चाहे, की अपेक्षा

अधिक दृढ़ता के साथ, बात कर सकते हैं परन्तु, इस सबसे हटकर उसको कोई हानि नहीं होगी, और यदि वह उस विशेष स्कूल से निष्कासित भी कर दिया गया, तो शीघ्र ही उसे दूसरे स्कूल में प्रवेश मिल जायेगा अथवा वह सुधारक अधिकारी (truant officer) के साथ परेशान होगा। पृथ्वी के मानवों के साथ भी ऐसा ही होता है। यदि आप इस अवसर को खो दें, तो दिल से बहुत अधिक दुखी होने की बात नहीं है, आपको हमेशा दूसरा अवसर मिलेगा। ईश्वर दुखियारा नहीं है, ईश्वर हमारा नाश करने नहीं, बल्कि सहायता करने के लिये है। जब हम सोचते हैं कि वह हमेशा ही, हमको टुकड़ों में फोड़ देने या प्रतीक्षारत शैतानों को उछाल देने के मौके तलाशता रहता है, हम ईश्वर का बहुत बड़ा नुकसान करते हैं। यदि हम ईश्वर में विश्वास रखते हैं तो कृपा में विश्वास करने में हमको कृपा ही मिलेगी, परन्तु हम भी दूसरों के प्रति कृपा प्रदर्शित करें!

जब हम इस विषय में हैं, तो हम दूसरा डिब्बा भी खोलकर देखें, एक वह, जिसके ऊपर काफी धूल जमती रही है क्योंकि, पिछले समय में किसी ने भी इस विशिष्ट पुलिन्दे (package) में रुचि नहीं दिखाई। इसे खोलें और देखें ये क्या कहता है।

आकाशीय अभिलेखों के अनुसार, यहूदी (jewish) वह कौम हैं जो, पिछले अस्तित्वों में, बिल्कुल उन्नति नहीं कर सकी। उन्होंने वे सारी चीजें कीं, जो उन्हें नहीं करनी चाहिये थी और उन्होंने वह सब कुछ अनकिया (undone) छोड़ दिया, जो उन्हें करना चाहिये था। उन्होंने अपने आपको, शरीर से संबंधित सभी सुख और आनन्द दिये। वे खाने के प्रति अत्यधिक शौकीन बन गये, बसायुक्त और तेलीय खाना, ताकि उनके शरीर छक जायें और भर जायें, और उनकी आत्मायें रात को आकाशीय यात्रा के योग्य नहीं रहीं, परन्तु बदले में, मांस के अपने बड़े खोल से बंधी रहीं। ये लोग, जिन्हें अब हम यहूदी कहते हैं, नष्ट नहीं हुए और न ही शाश्वत निंदा के शिकार बने। बदले में, उन्होंने अपने अस्तित्व के नये चक्र के साथ, नये ढंग से, जिसमें बच्चे, जो कक्षा में खेलते रहते हैं, जिनको स्कूल से अपने अनुशासन विहीन व्यवहार के कारण, बाहर भी निकाला जा सकता है, और वे नये स्कूल में, अलग कक्षा में, यात्रा प्रारम्भ करने के लिये भेजे जाते हैं, अस्तित्व की यात्रा शुरू की। यहूदियों के साथ यही हुआ। अस्तित्व के वर्तमान चक्र में, वे लोग हैं, जो इस चक्र में पहली बार हैं और जब वे इन यहूदियों के संपर्क में आते हैं तो वे परेशान हो जाते हैं, भ्रमित हो जाते हैं और डर जाते हैं। वे नहीं समझते कि एक यहूदी के संबंध में, क्या भिन्न है, वे आभास पा जाते हैं कि कुछ तो अलग है, वे आभास पा लेते हैं कि यहूदी के पास कुछ तो ज्ञान है, जो पृथ्वी का नहीं लगता, इसलिये वे पुरुष और महिलायें, जो चक्र में पहली बार जा रहे हैं आश्चर्य करते हैं और डरते हैं और जिस (चीज) से कोई व्यक्ति डरता है वे उसी (चीज) से, उसको सताते हैं। इस प्रकार यह ऐसा है कि यहूदी, एक पुरानी, पुरानी कौम होने के कारण, कष्ट पाते हैं क्योंकि उन्हें इस चक्र में एकबार फिर, अपने हिसाब से काम करना है। कुछ लोग, यहूदियों से उनके ज्ञान पर, उनकी सहनशीलता पर, ईर्ष्या करते हैं और फिर, वे चीजें, जिनसे ईर्ष्या की जाती है, कोई उन्हें नाश करने का प्रयास करता है। परन्तु हम यहूदियों या गैरयहूदियों के संबंध में विचार नहीं कर रहे हैं, हम धर्म में आनन्द, के ऊपर विचार कर रहे हैं; आनन्द, आनन्द, आपको एक चीज सिखाता है, जिसे आप आतंक के माध्यम से नहीं सीख सकते। वहाँ—ऐसी चीजें हैं, जिन्हें हम अक्सर दोहरा भी नहीं सकते—ऐसी चीजें, जो शाश्वत दुखदायी हैं, यहाँ आग जैसी कोई चीज नहीं है जो आपकी खाल को उतारकर या आपको पूरे गरमागरम मामले में डराते हुए, यंत्रणा देती हो। अपने चिन्तन, जो आपको पढ़ाया गया है, की जाँच करें और, और अधिक कारण सहित, सोचें कि ये यह कितना सही है कि, आपको अपने धार्मिक विश्वास में आनन्द और प्यार मिलना चाहिये। आप एक परपीड़क पिता, जो आपको पीटने जा रहा है अथवा आपको सर्वकालीन अंधकार में भेज रहा है, के प्रति उत्तरदायी नहीं हैं। बदले में, आप महान आत्माओं से व्यवहार कर रहे हैं, जो इस सबसे, काफी काफी पहले, जब मनुष्यों के बारे में सोचा भी नहीं गया था गुजर चुके हैं; वे सभी इससे गुजर चुके हैं, वे

उत्तरों को जानते हैं, वे परेशानियों को और करुणा को भी जानते हैं, इसलिये—अपनी अटारी के खजाने में से—हम कहते हैं कि 'धर्म में आनन्द लें', अपने धर्म के बारे में मुस्करायें, अपने ईश्वर के प्रति गर्म भावनायें रखें, कोई बात नहीं, आप उसे कैसे पुकारते हैं, क्योंकि यदि केवल आप इस आतंक से, इस डर से, अपने तंत्र के बाहर आ जायें, तो वह आपकी ओर, स्वास्थ्यप्रद तरंगों को भेजने के लिये हमेशा ही तैयार है।

परन्तु अब यह वह समय है, जब हमको अपनी अटारी को छोड़ देना चाहिये और दोबारा सीढ़ियों पर आ जाना चाहिये, वही पुरानी चटकती हुई सीढ़ियाँ। परन्तु शीघ्र ही—अगले पाठ में—हम आपको एकबार फिर, अटारी में आने के लिये, देखने के लिये कहेंगे, हम देखते हैं कि वहाँ आसपास काफी संख्या में छोटी-छोटी चीजें, फर्श पर पड़ी हुई या आलों में रखी हुई हैं जो रुचिपूर्ण हो सकती हैं और हम लाभ की आशा रखते हैं। क्या अगले पाठ में, हम आपसे अटारी में मिलने की आशा रखें ?

पाठ सोलह

इसबार एक बार फिर हम अटारी में मिल रहे हैं! हमने स्थान को झाड़बुहार कर साफ कर दिया है, थोड़ी और कुछ नयी ताजी चीजों को खोज लिया है। उनमें से कुछ, शायद, प्रकाश की एक छोटी किरण, संदेह के ऊपर, जो आपने कुछ समय के लिये बना रखा है, चमकाएंगे। प्रारंभ करने के लिये इस पर ध्यान दें; यहाँ एक पत्र है, जो हमें कुछ समय पहले मिला। यह कहता है—क्या हम इसे आपके लिये पढ़ें ?

“आप भय के बारे में काफी लिखते हैं, आप कहते हैं कि डरने के लिये कुछ भी नहीं है, सिवाय डर के। मेरे प्रश्न के अपने उत्तर में आपने मुझे बताया था कि यह भय ही था, जो मुझे पीछे खींच रहा था, उन्नति करने से रोक रहा था। मैं भय के प्रति जागरूक नहीं हूँ, मैं भयभीत अनुभव नहीं करता, इसलिये क्या बात हो सकती है ?”

हाँ, ये अत्यन्त रुचिपूर्ण समस्या है! डर—केवल डर ही वह चीज है, जो किसी को पीछे खींच सकती है। क्या हम इसको देखेंगे? क्षणभर के लिये बैठ जायें, हम भय की इस समस्या पर विचार करें।

हम सभी को, कुछ निश्चित भय होते हैं। कुछ लोग अंधेरे से डरते हैं, दूसरे मकड़ियों या सांपों से, और हममें से कुछ, अपने भयों के प्रति जागरूक भी हो सकते हैं, अर्थात् हमारे पास भय हैं, जो हमारे चेतन में है। परन्तु—एक क्षण के लिये प्रतीक्षा करें!—हमारा चेतन, हमारा केवल दसवाँ भाग है, हमारा शेष 9/10 भाग अवचेतन है, इसलिये क्या होता है, यदि भय हमारे अवचेतन में हो ?

अकसर हम, कुछ छिपी हुई मजबूरियों के कारण, चीजों को करेंगे, या किसी एक छिपी हुई मजबूरी के कारण, कुछ चीजों को करने से बचे रहेंगे। हम नहीं जानते, हम किसी एक विशेष चीज को क्यों करते हैं, हम नहीं जानते, हम किसी एक खास चीज को क्यों नहीं कर सकते। धरातल पर कुछ नहीं है, ऐसी कोई चीज नहीं है, जिसे ‘हम बाध्य कर सकें (pin down)’; हम अतार्किकरूप से व्यवहार करें और यदि हम मनोवैज्ञानिक के पास जायें और हम लंबे समय तक, लंबे घंटों तक, एक कोच पर लेटे पड़े रहें, अंत में हम अपने अवचेतन से बाहर खींच लिये जा सकते हैं, क्योंकि, उसमें किसी चीज के कारण, जो तब हुई, जब हम छोटे बच्चे थे, डर था। हमारी जागरूकता से छिपा हुआ, हम पर कार्य करता हुआ, हमारे अवचेतन में से झांकता हुआ, भय छिपा हुआ होगा, ये दीमक की तरह से भवन के लकड़ी के ढांचे के ऊपर, हमला करने वाला होगा। ऊपर से देखने पर भवन, किसी प्रकार की कमियों से रहित, ठीकठाक दिखाई देगा और तब उन दीमकों के प्रभाव में, लगभग रात भर में, धराशायी हो जायेगा। ऐसा ही हमारे दुखों के मामले में होता है। भय चेतन मन में सक्रिय नहीं होता, ये अवचेतन में सबसे ज्यादा सक्रिय होता है क्योंकि तब हम नहीं जानते कि ये वहाँ है, और इसको नहीं जानते हुए कि वहाँ है, हम इसके बारे में कुछ नहीं कर सकते।

हम सभी, पूरे जीवनकाल में, निश्चित हालातों के प्रभाव में होकर गुजरे हैं, एक व्यक्ति जो ईसाई के रूप में पालापोसा गया है, उसे ये बताया गया होगा कि कुछ चीजें नहीं की गई हैं, कुछ चीजें विशेषरूप से छिपी हुई हैं, फिर भी, दूसरी तरह से पाले-पोसे गये, दूसरे धर्म के लोगों को, उन चीजों को करने के लिये स्वीकृति प्रदान कर दी गई है। इसलिये भय के इस प्रश्न में झांकते हुए, हमको यह परीक्षा करनी है कि हमारी कौमी और पारिवारिक पृष्ठभूमि क्या हैं।

क्या आप किसी प्रेत को देखने से डरे हुए हैं ? क्यों ? यदि मौसी मतिल्डा (aunt Matilda) ने, जो उदार और दयालु थीं, और जो अपने जीवनकाल में, आपको अत्यधिक प्यार करती थीं तो किसी भी प्रकार से ये सोचने का कोई कारण नहीं है कि वह आपको कम प्यार करने वाली है, जबकि वह इस जीवन को छोड़ चुकी हैं और अस्तित्व के अच्छे चरण में, काफी दूर जा चुकी हैं। इसलिये मौसी मतिल्डा के प्रेत से हम क्यों डरें, हम प्रेतों से डरते हैं क्योंकि ये हम में से काफी लोगों के लिये

अनजान हैं हम प्रेतों से डरते हैं क्योंकि हमें अपने धर्म में ये सिखाया गया हो सकता है कि इसमें काफी चीजें होती हैं, और जबतक कि वह (स्वयं) साधु या साधुओं से संबद्ध नहीं हो या ऐसा ही कुछ, कोई किसी प्रेत को नहीं देख सकता। हम जिसको नहीं समझते, उससे डरते हैं, और जो विचार करने लायक हैं कि यदि पासपोर्ट नहीं होते, भाषा की परेशानियाँ नहीं होतीं, तो युद्ध कम हुए होते, क्योंकि हम रूसियों से, तुर्कों से, या अफगानिस्तानियों से, या किसी दूसरों से डरे रहते हैं, क्योंकि हम उन्हें समझते नहीं, हम नहीं जानते, उन्हें क्या चीज चिन्हित (tick) करती है, या वे हमारे विरुद्ध क्या करने जा रहे हैं।

भय घातक चीज है, ये एक बीमारी है, ये एक कठोरता है, ये एक चीज है, जो हमारी बुद्धि का क्षरण करती है। यदि हमारे पास, एक किसी चीज के बारे में कुछ आरक्षित है, तो हमें खोद लेना चाहिये और पता लगाना चाहिये, क्यों। उदाहरण के लिये, क्यों कुछ निश्चित धर्म सिखाते हैं कि, पुर्नजन्म जैसी कोई चीजें नहीं होतीं। एक प्रकट उदाहरण ये है; काफी दिनों पहले, पुजारियों के पास अत्यधिक शक्ति थी और वे शाश्वत नरक के विचार से, आतंक से, लोगों को शासित करते थे। हर एक को सिखाया गया था कि उन्हें अपने जीवन का, सबसे अच्छा बनाना है क्योंकि, फिर दोबारा कोई मौका नहीं मिलेगा। ये ज्ञात था कि यदि लोगों को पुर्नजन्म के संबंध में बताया गया तो, वे इस जीवन में सुस्त हो जायेंगे और सब कुछ अगले जीवन के लिये छोड़ देंगे। इस संबंध में, चीन में पूरी तरह से यह स्वीकृत था कि इस जीवन में पहले काफी दिनों में, अगले जीवन में वापस करने के लिये उधार ले लो! ये भी ध्यान देने योग्य है कि चीन का पतन हुआ क्योंकि लोगों का पुर्नजन्म में इतना अधिक विश्वास था कि उन्होंने इस जीवन की चिन्ता ही नहीं की, बदले में वे रात को, गुफाओं में, पेड़ों के नीचे, केवल बातें करते हुए और ये निश्चय करते हुए कि वे अगले जीवन में, इसकी तैयारी करेंगे, बैठे रहे! इसप्रकार कोई, कमोवेश, लम्बी छुट्टी में था, ठीक है, इसने उस प्रकार काम नहीं किया, और इसलिये पूरी चीनी सभ्यता, का पतन हो गया।

एकबार फिर, अपने आपकी, अपनी प्रखरता और, अपनी कल्पना की जाँच करें। स्वयं का “गहरा विश्लेषण” करें और पता करें कि वह क्या है, जिसे आपका अवचेतन बांध कर बन्द करने का प्रयास कर रहा है, वह क्या है, जो आपको इतना डराये हुए है, इतना परेशान किये हुए है, कुछ चीजों के बारे में इतना तनावग्रस्त किये हुए है। जब आप उसे बाहर खोदेंगे तो आप पायेंगे कि अब और अधिक भय नहीं है। ये भय ही है, जो लोगों को आकाशीय यात्रायें करने से रोकता है। वास्तव में, जैसा हम जानते हैं, आकाशीय यात्रायें, विशेषरूप से साधारण हैं, इसमें कोई प्रयास नहीं करना होता, ये उतनी ही आसान हैं, जितना कि सांस लेना। फिर भी, अधिकांश लोग इससे डरते हैं। सोना, लगभग मृत्यु है, सोना, मृत्यु का स्मरण-पत्र है, एक स्मरण-पत्र, जो अंत में, हमको गहरी नींद में सुला देगा और हम आश्चर्य करते हैं कि क्या होगा, जब नींद के बदले में मृत्यु हम पर आ धमकेगी। हम आश्चर्यचकित होते हैं, यदि हमारी नींद में हमारे रजततन्तु को कोई काट दे और हम अलग हो जायें। ये नहीं हो सकता, आकाशीय यात्राओं में, यहाँ कोई खतरा नहीं है। यहाँ केवल डरने में खतरा है। भय, जिसको आप जानते हैं, भय में और अधिक खतरा, जिसे आप नहीं जानते हैं। हम फिर और दोबारा सलाह देते हैं, भय की इस समस्या से उबरें। जिसे आप जानते और समझते हैं वह भयपूर्ण नहीं है, इसलिये इसे जानें और समझें, यह क्या है, जिससे आप अभी डरते हैं।

हमने इस छोटी सी घटना में काफी समय लगाया, क्या हमने नहीं लगाया ? हमें आगे चलना चाहिये क्योंकि, हमारे ध्यान को व्यस्त रखने के लिये, व्यवहार करने के लिये बहुत कुछ है, इससे पहले कि हम इस पाठ पर पर्दे खींचकर अगले की ओर जा सकें, बताने के लिये अभी काफी कुछ है। खुद को देखें, हमारी अटारी में आसपास देखें। क्या कोई खास चीज, आपके ध्यान को विशेषरूप से आकर्षित करती है ? क्या आप उस आभूषण को यहाँ देखते हैं ? इस दुनियाँ के परे (उत्कृष्ट), क्या ऐसा नहीं है

? ओह, हमें इस कहावत के साथ, कुछ चीज शुरू कर देनी चाहिये थी।

सामान्य उपयोग में "इस दुनियाँ के परे" अनेक कहावतें हैं, जो वास्तव में, चीजों का ठीक से वर्णन करती हैं। कोई आदमी कह सकता है कि उसने किसी इतनी सुन्दर चीज को देखा है कि वह "इस विश्व के एकदम परे ही" थी। यह कितना सत्य है! जब हम, उसके सभी दुखों, मुसीबतों और दारुण दुखों के साथ, कार्बन अणुओं के अस्तित्व की अपनी इन सीमाओं से बाहर जाते हैं, हम ध्वनियों को सुन सकते हैं, रंगों को देख और अनुभव कर सकते हैं, जो "इस विश्व के परे," वास्तविकरूप से काफी वास्तविक हैं। यहाँ हम, अपने अज्ञान की, खुद की गुफा में नजरबन्द हैं, हम अपने खुद के गलत विचारों, अपनी कामनाओं के बंधन में नजरबन्द हैं। इसलिये हम में से अनेक, "अपने आपको जोन (एक कल्पित नाम) के साथ बनाये रखने के प्रयास में" इतने अधिक व्यस्त हैं कि हमारे पास अपने आपको देखने का समय ही नहीं है। हम क्षुद्र अस्तित्व के भंवर में फंसे हैं, हमें अपनी जीविका कमाना है, तब सामाजिक उत्तरदायित्व है। इसके बाद, हमें थोड़ा सोना भी है, इसलिये ऐसा लगता है कि हमारा जीवन एक भंवर में योजनाबद्ध किया गया है, एक पगली दौड़, किसी भी चीज के लिये कभी कोई समय नहीं। परन्तु—एक मिनट प्रतीक्षा करें—क्या इस दौड़ की कोई आवश्यकता है ? क्या हम, किसी प्रकार से प्रत्येक दिन में से आधा घंटे तक, थोड़े से समय को निकालने की और इसे ध्यान में लगाने की व्यवस्था नहीं कर सकते ? यदि हम ध्यान लगायेंगे तो हम इस लोक में ठीक रहेंगे। हम थोड़े अभ्यास के साथ यह कर सकते हैं, आकाशीय यात्राओं और अगले लोकों में जा सकते हैं। अनुभव मगन करने और उठाने वाला है—जब हम अपने आध्यात्मिक चिंतन से ऊपर उठते हैं, हम अपने कंपनों की दर को बढ़ा देते हैं, और जब हम, अपने पियानो के पैमाने पर, ऊँचे देखते हैं—क्या आपको वह पैमाना याद है ? — जितना अधिक सुन्दर अनुभव होगा, उतना ही अधिक, हम इसमें से गुजर सकेंगे।

वास्तव में, हमारा उद्देश्य "इस लोक के परे" होना चाहिये। जब हम अपने पाठों को सीख चुकें, हम इस दुनियाँ से बाहर जाना चाहते हैं परन्तु पहले नहीं। एकबार फिर, कक्षा के अपने अनुभवों को देखें। हममें से अनेक, गर्मी के किसी गर्म दिन में, इस लदी भरी कक्षा में, अपनी गूँजती हुई आवाज को खोलते हुए, अपने डण्डे को हिलाते हुए, अपने शिक्षक, जिसमें वास्तव में, हमारे प्रति कोई रुचि नहीं है, दिल से दुखी होकर, रुके रहे होंगे। किसी निश्चित साम्राज्य के उत्थान या पतन के बारे में कौन जानना चाहता था ? हम महसूस करते थे कि हम खुले हुए में काफी अच्छे होंगे। हमने सब चीजों से ऊपर उठकर, उस गर्म और भरे हुए कमरे में से, भद्दी आवाज गूँजती हुई उस कक्षा से छुटकारा पाने की इच्छा की। परन्तु हम ऐसा नहीं कर सके, यदि हम वहाँ से केवल भाग लिये होते तो निश्चितरूप से शिक्षकों से प्रतिशोध हुआ होता, यदि हम अपने पाठों से भाग खड़े होते तो अपनी परीक्षाओं में फेल हो जाते और बदले में अगली कक्षा में जाने के बजाय, दूसरे विद्यार्थियों के समूह के साथ, जो हमारी तरफ उत्सुकतापूर्ण दृष्टि से देखता और अवहेलना करता क्योंकि, हम "पास होने में असफल रहे," उसी एकरस नीरस कक्षा में वापस रखे गये होते।

तब क्यों न हम, जबतक कि हम इतना सब पढ़ न लें, जिसको पढ़ने के लिये हम आये थे, स्थाईरूप से इस लोक के परे जायें। हम सरलता और आध्यात्मिक पूर्णता को पाने के लिये, आनन्द के साथ, आत्मविश्वास के साथ, आगे देख सकते हैं, जब हम उस दूसरे लोक, जो इससे कहीं अधिक भव्य है, में जाने के लिये इस लोक को छोड़ेंगे। हमको सदैव ये ध्यान में रखना चाहिये कि हम वह हैं, जिनको विशेषरूप से, उदास हालातों में, जेल में सजा काटनी है। हम नहीं देख सकते कि जब हम यहाँ हैं, ये लोक, ये पृथ्वी कितनी भयानक है परन्तु यदि आप इससे बाहर निकल सकें और ऊपर उठकर इस पर देखें, तो आपको गहरा सदमा लगेगा, आप वापस आने के लिये अधिकांशतः, अनिच्छुक होंगे। यही कारण है कि हम में से अनेक, आकाशीय यात्रायें नहीं कर सकते क्योंकि जबतक कोई तैयार नहीं है, वापस लौटना वास्तव में, एक असुखद अनुभव होगा, संपूर्ण आनन्द दूसरी तरफ है। हम में से

वे, जो आकाशीय यात्रायें करते हैं, अपनी मुक्ति के दिनों में आगे की तरफ देखते हैं, परन्तु हम यह भी सुनिश्चित कर देते हैं कि जबतक हम जेल की अपनी कोठरी में हैं, हमको उतना अच्छे से अच्छा व्यवहार करना चाहिये, जो हम कर सकते हैं, क्योंकि यदि हम अच्छा व्यवहार नहीं करते तो हम अपने “माफी के समय” को गंवा रहे हैं।

इसलिये हमको सबसे अच्छा करना चाहिये, जो हम इस पृथ्वी पर कर सकते हैं ताकि जब हम इस जीवन से, इस जीवन के परे दूसरे जीवन में गुजरें, हम बड़ी चीजों के साथ तैयार हों। ये इस जीवन में, यहाँ रहने से सबद्व छोटे प्रयासों के लायक है।

हम अपनी अटारी में, चीजों को, जो काफी लंबे समय बाद छांटी गई हैं, हटाते हुए, उन पर से धूल को झाड़ते हुए, काफी व्यस्त लग रहे हैं परन्तु अब हम इसके दूसरी तरफ कमरे में चलें, हम दूसरी छोटी चीज की तरफ देखें—

अनेक लोग सोचते हैं कि “दृष्टा”, हमेशा किसी के प्रभामंडल की ओर देखते ही रहते हैं, हमेशा किसी के विचारों को पढ़ते ही रहते हैं। वे कितने गलत हैं! दूरानुभूति की क्षमताओं अथवा अतीन्द्रियज्ञान की शक्ति वाला कोई व्यक्ति, हमेशा विचारों को नहीं पढ़ता रहता है अथवा मित्रों या शत्रुओं के प्रभामंडल की परीक्षा नहीं करता रहता है। चीजें, जो हमें देखनी चाहिये, उनमें से कुछ, अत्यधिक असुखद, अत्यधिक स्पष्टवादी होने से अत्यंत दूर होंगी। उनमें से कुछ, वास्तव में, हमारे खुद के कल्पित महत्व गुब्बारे को, फोड़ देंगी! यहाँ अत्यधिक दूसरा कुछ, भी करने को है। हमारे मन में एक निश्चित व्यक्ति है, जो कई बार हमसे मिलने आता है, वह एक वाक्य की शुरुआत करेगा और तीन या चार शब्द कहेगा, और तब थककर कहने लगेगा “परन्तु ये सब मुझे आपको नहीं बताना है, क्या मैंने आपको कुछ बताया? आप मुझे देखने के साथ ही, हर चीज को जानते हैं, क्या नहीं?” ये ऐसा नहीं है! हम “हर चीज को जान” सकते थे, परन्तु ऐसा करना नैतिक दृष्टि से गलत होगा। देखने वालों के संबंध में कोई भय न करें, गूढविज्ञानी, अतीन्द्रियज्ञानी, और दूसरे लोग, क्योंकि ये सब लोग अच्छे चरित्र के होते हैं, वे आपके निजी मामलों में नहीं झांकेंगे, आपके आमंत्रण पर भी नहीं। यदि वे अच्छे चरित्र के लोग नहीं हैं, तो वे किसी भी प्रकार ऐसा नहीं कर सकते! यहाँ हम आपको यह कहना चाहते हैं कि पिछली गली के “दृष्टा,” जो आपका भाग्य बताते हैं, हल्की बात करते हैं, वास्तव में, “दृष्टि” की क्षमता नहीं रखते। सामान्यतः, वह एक बेचारी बूढ़ी औरत होती है, जो किसी दूसरी तरह से पैसा नहीं कमा सकती। शायद किसी समय, उसके पास अतीन्द्रियज्ञान की क्षमताएँ थी, परन्तु आप इन चीजों को व्यापारिक आधार पर नहीं कर सकते, आप अतीन्द्रियज्ञान से, किसी व्यक्ति को उसके धन के संबंध में नहीं बता सकते क्योंकि धन से जुड़ने का, मात्र एक तथ्य ही, दूरानुभूति क्षमता को घटा देता है और पिछली गली की दृष्टा, हमेशा नहीं देख सकती, फिर भी यदि उसने पैसा लिया है, तो उसे किसी प्रकार का दिखावा तो करना ही चाहिए। एक अच्छी अप्रशिक्षित मनोवैज्ञानिक होने के कारण, वह आपको हमेशा बात करने देगी, और उन चीजों को आपको बताएगी, जो आपने ही उसे बताई हैं, और आप “दृष्टा” के नाम पर ठग लिये जाएंगे और आश्चर्य के साथ ये चिल्ला पड़ेंगे कि आप जो जानना चाहते थे, उसने कितना सही बताया है।

अतीन्द्रियज्ञानी आपके मामलों में देख रहे हैं, इस तरह का भय न रखें! यदि आप ये सोचें कि आप अपने घर के कामों में व्यस्त थे, हो सकता है कि आप एक पत्र लिख रहे हों और कोई आपके कमरे में आ जाये और आपके कंधे के ऊपर से झांके, और जो आप लिख रहे थे, उसे पढ़े, क्या आप प्रसन्न होंगे ? क्या आप ये पसंद करेंगे कि यहाँ से पकड़ते हुए और उसे पढ़ते हुए, और आपके संबंध में वह, जो सबकुछ आपका है, पूरा जानते हुए, वे सारे विचार, जिनके संबंध में आपने सोचा था, वह व्यक्ति आपके मामलों में बेरोकटोक चलता जाए ? क्या आप ये सोचना चाहेंगे कि कोई व्यक्ति, हर समय जब आप टेलीफोन पर वार्तालाप कर रहे हैं, आपसे सामंजस्य बनाये रखे ? वास्तव में, आप ऐसा

नहीं चाहेंगे! हम एकबार फिर कहें कि, अच्छे चरित्र वाला व्यक्ति, हर समय आपके विचारों को नहीं पढ़ता, और बुरे चरित्र वाले व्यक्ति के पास, निश्चितरूप से ये क्षमता नहीं होती, ये गूढ़विज्ञान का एक नियम है! बुरे चरित्र वाला व्यक्ति, अतीन्द्रियज्ञानी नहीं होता। आपने, एक व्यक्ति के बारे में जो यह या वह अथवा कुछ दूसरी चीजें भी देखता हैं, बहुत सी कहानियाँ सुनी होंगी। इसे निन्यानवे प्रतिशत खारिज कर दें।

एक अतीन्द्रियज्ञानी, हमेशा आपकी प्रतीक्षा करता है कि आप उसे बताएँ कि आप क्या चर्चा करना चाहते हैं। अतीन्द्रियज्ञानी आपके विचारों की निजता अथवा आपके प्रभामंडल में सँध नहीं लगाता, यदि आप अतीन्द्रियज्ञानी को ऐसा करने के लिए आमंत्रित करें, तब भी नहीं। इस संबंध में, रहस्य विज्ञान के कुछ नियम हैं, जिनका पूरी तरह से पालन करना पड़ता है, क्योंकि यदि कोई इन नियमों को तोड़ता है, तो उसे उसी प्रकार से दंडित किया जाता है जैसे कि पृथ्वी पर मनुष्यों द्वारा बनाए गए नियमों को तोड़ने पर दंडित किया जाता है। अतीन्द्रियज्ञानी को वह बतायें, जो आप उसे बताना चाहते हैं— यदि आप सत्य बता रहे हैं, वह जान जायेगा या जान जायेगी। तब हम उसे वहाँ स्वीकार करते जायेंगे। अतीन्द्रियज्ञानी को, जो आप कहना चाहते हैं कहें, ये निश्चित करें कि यदि आप सत्य बताते हैं, अन्यथा आप केवल अपने आपको छलेंगे और किसी भी प्रकार से अतीन्द्रियज्ञानी को नहीं छलेंगे!

इसलिए— एकबार फिर याद रखें, एक अच्छा “दृष्टा” “आपके विचारों को नहीं पढ़ेगा” और एक बुरा दृष्टा ऐसा कर नहीं सकता!

अब यहाँ एक दूसरी छोटी सी चीज है, जिसपर हम देख सकते हैं। वह यह है! इसलिए आप अपनी शादी के साथी को निभाते न चलें। ठीक है, ये एक “अवरोध” हो सकता है, जिससे आपको, पृथ्वी पर, पार पाना है। इसे हम इसप्रकार समझें! घोड़े, घुड़दौड़ में प्रविष्ट किए जाते हैं और यदि कोई घोड़ा लगातार जीतता है, और ऐसा करने में उसे कोई बड़ा प्रयास नहीं करना पड़ता तो वह घोड़ा अपंग है। आप स्वयं को एक घोड़ा समझ सकते हैं, आप अत्यधिक तेजी से गये हुए हो सकते हैं, अपने पिछले “पाठों” में होकर, अत्यधिक आसानी से, उस मामले में, आप अपने पार्टनर के साथ अपंग होंगे, जो आपके लिए उपयुक्त नहीं हैं। यदि आप कर सकते हैं, तो ये ध्यान रखते हुए कि यदि आपका साथी वास्तव में, आपके अनुरूप नहीं है, तो आप इस पृथ्वी के जीवन के परे, कभी भी उसके संपर्क में नहीं आ सकते, इसे सबसे अच्छे ढंग से करें। यदि कोई आदमी पेचकस या हथौड़े, जो मात्र औजार हैं, जो आपके उस समय कार्य की आवश्यकता के लिये उपयुक्त है, को पकड़ लेता है। साथी को भी, एक औजार की तरह देखा जा सकता है, जो किसी को, किसी निश्चित पाठ को सीखने के लिए, किसी कार्य करने के लिए योग्य बनाता है। कोई व्यक्ति, पेचकस या हथौड़े से जुड़ा हुआ हो सकता है, उससे जुड़ सकता है क्योंकि वह उसे इस काम को, जो उसे करना है, करने में सक्षम बनाता है। परंतु आप ये निश्चय कर सकते हैं कि कोई व्यक्ति, अपने हथौड़े या पेचकस से जुड़ता नहीं है, उसे अपने साथ “परली तरफ” ले जाने की इच्छा नहीं रखता।

“मानवता की भव्यता” के बारे में बहुत कुछ कहा और लिखा जा चुका है, परंतु हम यह कहने जा रहे हैं कि मानव, जीवन की महानतम कृति नहीं हैं। पृथ्वी पर मानव, उदाहरण के लिए, वास्तव में गोया कि मैली कुचैली, दुखपूर्ण, स्वार्थी और आत्मकेन्द्रित रचना है, यदि वे ऐसे नहीं होते तो वे इस पृथ्वी पर नहीं होते, क्योंकि लोग यहाँ, इस पृथ्वी पर, इसलिए आते हैं कि वे इन सभी चीजों से पार जाना सीख सकें। मनुष्य वास्तव में, जब वे जीवन के परे चले जाते हैं, कुछ उच्चतर हो जाते हैं। परंतु फिर हमें यह निश्चित कर लेना चाहिए कि हम समझते हैं कि यदि हमें एक अनुपयुक्त जीवनसाथी मिला है, या अनुपयुक्त मां-बाप मिले हैं, ऐसा इसलिए है क्योंकि, हमने योजना बनाई थी, कि कुछ चीज है, जिसके हमको पार जाना है। एक व्यक्ति को टीका या नस्तर लगाया जा सकता है, उदाहरण के लिए, वे जानबूझकर (नशतर के तरीके से) चेचक की एक खुराक और शायद बाद में, मारक खुराक भी

लेते हैं ताकि किसी को (चेचक के) कठोर आक्रमण से बचाया जा सके। इसलिए ऐसा है कि हमारे जीवनसाथी या हमारे मां-बाप, इसप्रकार चुने गए हों कि उनके साथ जुड़कर, हम उनसे कुछ पाठ सीख सकें। परंतु—जब हम इस जीवन को समाप्त कर लेंगे, हम उनसे दुबारा नहीं मिलेंगे। वास्तव में, यदि वे हमारे अनुरूप नहीं हैं, तो हम उन्हें मिल नहीं सकते क्योंकि हमको फिर दुहराना चाहिए, जब हम मृत्यु के दूसरी तरफ हैं, हम सामन्जस्य में रहते हैं, और यदि लोग हमारे साथ सामन्जस्य में नहीं हैं तो वे हमारे साथ नहीं जुड़ सकते। हम में से अनेक, इससे आराम पा सकते हैं!

परंतु, रात्रि की छायाएँ समीप आ रही हैं, दिन समाप्त होने जा रहा है। हमें लगता है कि हमें आपको और अधिक नहीं रोकना चाहिए क्योंकि रात्रि के आगमन से पहले, आपको काफी कुछ करना होगा। हम अटारी को छोड़ दें और अपने पीछे के दरवाजे को, धीमे से बंद कर दें, सभी “खजानों” के दरवाजे को, उनमें रखे सामान के साथ बंद कर दें। पुराने, चटकने वाले जीने से नीचे उतरें और शांति से, अपने पृथक रास्ते में चले जाएँ।

पाठ सत्रह

क्या आप कभी ऐसे व्यक्ति से मिले हैं, जो उत्तेजना के साथ उत्साह से भरा हुआ, लगभग आपकी जैकेट को पकड़ता हुआ आपकी तरफ चलकर आता है, फूट पड़ता है "ओह! मेरे प्रिय! मुझे गुजरी रात को अत्यंत भयानक अनुभव हुआ; मैंने सपने में देखा कि बिना एक भी टॉके के कपड़े पहने हुए, मैं सड़क पर चलता जा रहा हूँ। मैं अत्यधिक भौचक्का रह गया!" ये अनेक विधाओं और अनेक रूपों में लोगों के साथ हुआ है। किसी ने एक "स्वप्न" देखा हुआ हो सकता है, जिसमें उसे सहसा बैठक के कमरे में, उन लोगों के, जो अच्छी तरह से परिधान पहने हुए बैठे थे, बीच भेज दिया गया, और तब उसे पता लगा कि कोई अपने ऊपर कपड़े पहनना भूल गया है या आपने स्वयं एक स्वप्न देखा हो, जिसमें आपने, अपने आपको, या तो किसी विदेशी पोशाक में, या बिना किसी परिधान के, जो भी हो, किसी गली के नुक्कड़ पर खड़ा पाया हो। आप जानते हैं, कि ये एक वास्तविक आकाशीय यात्रा का अनुभव हो सकता है। हम में से वे लोग, जिन्होंने लोगों को आकाशीय यात्राएं करते देखा है, कुछ चकित करने वाले और आनन्दित करने वाले समागम (encounters) देखे हैं। परंतु ये पाठ्यक्रम, चुटकुलों के ऊपर प्रवचन नहीं हैं परंतु बदले में ये आपको मदद करने के लिए बनाया गया है, जो कि कुलमिलाकर, एक पूर्णतः सामान्य घटना है।

हम इस विशिष्ट पाठ को स्वप्नों के नाम करते हैं क्योंकि स्वप्न एक या दूसरे रूप में हर एक को दिखाई देते हैं, किसी को भी। बहुत पुराने समय से, स्वप्नों को, पूर्व सूचनाओं, शकुनों और अपशकुनों के रूप में देखा गया है और कुछ ऐसे लोग भी हैं, जो किसी के स्वप्न के माध्यम से, भाग्य भी बताते हैं? दूसरे लोग, स्वप्नों को केवल कल्पना की मनगढन्त कहानियाँ कहते हैं, जबकि नींद की प्रक्रिया के दौरान, अस्थायी रूप से, मन इस नियंत्रक शरीर से अलग हो चुका हो। ये पूरी तरह गलत है, परंतु हमें स्वप्न के इस व्यापार को समझने दें।

जैसे कि हम पिछले पाठों में चर्चा कर चुके हैं, हम कम-से-कम दो शरीरों से बने होते हैं। हम केवल दो शरीरों, भौतिक और करीबी सूक्ष्मशरीरों, के बारे में चर्चा कर रहे हैं, परंतु वास्तव में, कई दूसरे शरीर भी होते हैं। जब हम सोने के लिए जाते हैं, हमारा सूक्ष्मशरीर, धीमे से, भौतिकशरीर से अलग हो जाता है और लेटे हुए भौतिकशरीर से अलग हटकर चल देता है। दोनों शरीरों के अलग होने के साथ ही, वास्तव में, मन भी अलग हो जाता है। भौतिकशरीर में ये सब यांत्रिक विधि, लगभग उसी ढंग से, जैसेकि किसी को प्रसारण केन्द्र में दिखाई दे सकती है, होती है, परंतु जब उद्घोषक वहाँ से हट जाता है, तो संदेश भेजने के लिए कोई बचा नहीं रहता है। सूक्ष्मशरीर, अब भौतिकशरीर के ऊपर तैरता हुआ, कुछ समय के लिए, ये निर्णय करते हुए कि कहाँ जाना है और क्या करना है, विचार करता है। जैसे ही निर्णय पर पहुँचा जाता है, सूक्ष्मशरीर पैरों से मुड़ता है और सबसे पहले, सामान्यतः बिस्तर के एक सिरे पर खड़ा हो जाता है। तब एक टहनी को छोड़ने वाली चिड़िया की तरह से, शरीर हल्का सा ऊपर की ओर उछाल देता है और वह रजततंतु के सिरे से दूर की ओर, बहता हुआ चला जाता है।

अधिकांश लोग, विशेषरूप से पश्चिम में, वे अपनी आकाशीय यात्राओं के प्रति, वास्तव में, घटनाओं के प्रति सजग नहीं होते, वे किसी भी विशिष्ट घटना के प्रति सजग नहीं होते परंतु जब वे लौटते हैं, उनमें मित्रता की, गर्मजोशी की, भावना होती है, अथवा वे कह सकते हैं, "ओह, मैंने गई रात अमुक-अमुक को सपने में देखा वह अच्छा लग रहा था!" सभी संभावनाओं में वह व्यक्ति, वास्तव में, अमुक-अमुक से मिलने गया था अथवा ये जो कुछ भी हो, क्योंकि इसप्रकार की यात्रा सबसे साधारण यात्रा है और काफी जल्दी-जल्दी की जाती है! कुछ विशिष्ट कारणों से, हम हमेशा पुराने प्रेतों की ओर आकषित होते दिखाई देते हैं, हम उन स्थानों को जाना पसंद करते हुए दिखते हैं, जहाँ हम पहले जा चुके हैं। वास्तव में, पुलिस का कथन इस भाव का है कि अपराधी, हमेशा अपने अपराध के

दृश्यों की ओर वापस होते हैं !

मित्रों की ओर यात्रा करने में कोई उल्लेखनीय बात नहीं है क्योंकि हम सभी, भौतिकशरीर को छोड़ते हैं, हम सभी, सूक्ष्मशरीर से यात्राएँ करते हैं और कहीं जाते हैं। जबतक कि कोई इस विषय में "शिक्षित" नहीं है, कोई सूक्ष्मलोकों में घूम फिर नहीं सकता, परंतु बदले में वह, पृथ्वी पर ज्ञात स्थानों पर दृढ़तापूर्वक चिपक जाता है। लोग, जिनको सूक्ष्मलोकों की यात्राओं के बारे में पढ़ाया नहीं गया है, समुद्र पार के मित्रों से, अथवा किसी विशिष्ट दुकान या स्थिति को देखने की अत्यंत तीव्र इच्छा रखने वाले किसी व्यक्ति के साथ भी, मिल सकते हैं परंतु अपने मांस के शरीर में वापस आने पर और जगने पर वे सोचते हैं—यदि वे इस सब पर सोचें—कि उन्होंने एक स्वप्न देखा था।

क्या आप जानते हैं कि आप स्वप्न क्यों देखते हैं? हम सभी के पास वास्तविकता में भ्रमण के अनुभव हैं। हमारे स्वप्न उतने ही सच्चे हैं, जितनी कि इंग्लैण्ड से न्यूयॉर्क तक, हवाई जहाज या पानी के जहाज से या अदन (Aden) से लेकर अकारा (Accra) तक इन्हीं प्रकार के समान माध्यमों से की गई यात्रा, फिर भी हम उन्हें "स्वप्न" नाम देते हैं। स्वप्नों के विषय में और अधिक गहराई तक घुसने से पहले हम किसी को यह ध्यान दिला दें कि साठ के साल में, इस्ताम्बुल (Constantinople) के सम्मेलन में, जब ईसाई चर्च के नेताओं ने यह निश्चय किया कि "ईसाइयत (Christianity)" में क्या जोड़ा जाये, महान स्वामियों (great masters) की शिक्षाओं में से अधिकांश, विकृत (distort) हो गई हैं या दबा दी गई (suppressed) हैं। हम इस पर, इस पूरी सूचना के ऊपर, कुछ बड़ी कटूवक्तियों कह सकते थे, जो हमने आकाशीय अभिलेखों (Akashic records) से प्राप्त की हैं, परंतु इस पाठ्यक्रम को तैयार करने में, हमारा उद्देश्य, स्वयं को जानने के लिए, लोगों की मदद करना है, किसी के मकई के भुट्टों का व्यापार करना नहीं। कोई बात नहीं, वे "विश्वास के भुट्टे" कितनी भी भ्रामक रहे हों! हम यह कहने के साथ, स्वयं में संतुष्ट हो लें, कि कुछ शताब्दियों पहले से ही, पश्चिमी गोलार्ध में लोगों को पूरे निश्चय के साथ, सूक्ष्मलोकीय यात्राओं के संबंध में कुछ भी नहीं सिखाया गया है क्योंकि ये संगठित धर्म (organised religion) के किसी भी भाग में नहीं आता। घटनावश हम आपको ध्यान दिला दें कि हम यहाँ "संगठित धर्म" कह रहे हैं!

फिर, पश्चिमी गोलार्ध में, अधिकांश लोग परियों और प्राकृतिक आत्माओं पर विश्वास नहीं करते और बच्चे, जो परियों और प्राकृतिक आत्माओं को देखते हैं और निस्संदेह ऐसे अस्तित्वों के साथ खेलते हैं, प्रौढ़ लोगों, जो वास्तव में अधिक समझदार होने चाहिए थे, के द्वारा उन पर हँसा जाता है या उनको फटकारा जाता है क्योंकि इसमें, जैसेकि अनेक दूसरे मामलों में भी, बच्चा काफी कुछ समझदार, और प्रौढ़ों की तुलना में, काफी हद तक जागरूक होता है। क्रिस्चियन बाइबिल भी कहती है "जबतक कि आप एक छोटे बच्चे न बन जायें, आप स्वर्ग के राज्य में प्रवेश नहीं कर सकते।" हम इसे दूसरे तरीके से कहते हैं और कहते हैं, "यदि आप किसी बच्चे का, पवित्र बच्चे का विश्वास, जो प्रौढ़ों के अविश्वास से प्रदूषित नहीं किया गया हो, प्राप्त कर सकें, आप किसी भी समय, कहीं भी, जा सकते हैं।"

बच्चे, डांटे जाने पर, जो उन्होंने वास्तव में देखा है, उसे छिपाना सीख जाते हैं। दुर्भाग्यवश, वे इस वास्तविक क्षमता को छिपाने की अपनी आवश्यकता के कारण, दूसरे अस्तित्वों को देखने की क्षमता खो देते हैं। स्वप्नों के बारे में भी ये लगभग वैसा ही है। लोगों को अनुभव होते हैं, जब उनका भौतिक शरीर नींद में होता है, क्योंकि वास्तव में, सूक्ष्मशरीर कभी नहीं सोता, और उत्तरावर्ती (later) जब पूर्वावर्ती (former) की तरफ वापस लौटता है तो वहाँ दोनों के बीच एक विवाद हो सकता है! सूक्ष्मशरीर सत्यता को जानता है और भौतिकशरीर प्रदूषित होता है और बचपन से प्रौढ़ावस्था तक जमाये हुए, पहले से बनाये गए पूर्वाग्रहों में अटका हुआ रहता है। हालातों से घिरा हुआ प्रौढ़, इस सत्य का सामना नहीं कर पाता। इसलिए एक विवाद पैदा होता है! सूक्ष्मशरीर अलग हो चुका है और उसने कुछ चीजों की हैं, चीजों का अनुभव किया है, चीजों को देखा है परंतु भौतिकशरीर को इसका विश्वास

नहीं करना चाहिये क्योंकि पश्चिमी लोगों की पूरी शिक्षा, ऐसी किसी भी चीज के बारे में अविश्वास करने की है, जिनको दोनों हाथों से पकड़ा नहीं जा सके और ये देखने के लिए कि ये कैसे काम करती है, खींचतान कर टुकड़ों में तोड़ा नहीं जा सके। पश्चिमी लोगों को प्रमाण चाहिए, अधिक प्रमाण, और भी अधिक प्रमाण और सभी समय, वे ये सिद्ध करने की कोशिश करते हैं कि, प्रमाण गलत हैं। इसलिए भौतिक और सूक्ष्मशरीरों के बीच विवाद होता है और इसकी तर्कसंगत व्याख्या करने की आवश्यकता होती है। इस मामले में स्वप्न-तथाकथित-अनुभवों के किसी प्रकारों में, सबसे निराले कल्पनीय परिणामों के साथ, जल्दी-जल्दी तर्कयुक्त बनाये जाते हैं।

हम दोबारा से इसमें चले; सूक्ष्मलोकीय यात्राओं के दौरान, हमें सभी प्रकार के असामान्य अनुभव हो सकते हैं। हमारा सूक्ष्मशरीर, इन सभी अनुभवों की स्पष्ट स्मृति के साथ हमें जगाना चाहेगा, परंतु फिर, भौतिकशरीर इसकी आज्ञा नहीं देता, इसलिए दोनों शरीरों के बीच विवाद होता है, और कुछ वास्तविकरूप से आश्चर्यमय, विकृत चित्र हमारी स्मृति में आते हैं, चीजें, जो संभवतः नहीं हुईं। जब कभी सूक्ष्मशरीर में कोई चीज होती है, जो इस भौतिक विश्व के, भौतिक नियमों के विरोध में है तो हमेशा विवाद होता है, इसलिए मधुर कल्पना तैयार हो जाती है और हमको स्वप्न अथवा अधिकांश असामान्य, घटनाएँ, जिनकी कोई कल्पना कर सकता है, होती हैं। सूक्ष्मअवस्था में, कोई जमीन से उठकर हवा में तैर सकता है, ऊपर की ओर तैर सकता है, कहीं भी जा सकता है और किसी को भी मिल सकता है, और दुनियाँ के केन्द्रों में से किसी भी एक में, यात्रा कर सकता है। भौतिकशरीर से छत में पार होकर गुजरना भी संभव नहीं है, और इस प्रकार ऐसा है, हम दुहराते हैं, कि भौतिक और सूक्ष्मशरीरों के बीच के विवाद में, हमारी सूक्ष्मलोक की यात्रा के अनुभवों के ऐसे अत्यंत विकृत प्रस्तुतीकरण प्राप्त होते हैं, जो वास्तव में, किसी भी लाभ, जिसे सूक्ष्मशरीर द्वारा नीचे भेजे जाने का प्रयास किया जा रहा है, को शून्य बना देती हैं। हम तथाकथित स्वप्नों को पाते हैं, जिनका हमारे लिए कोई अर्थ नहीं होता। हम सभी प्रकार के बकवास स्वप्नों को देखते हैं या जब हम भौतिकशरीर में हों, हम ऐसा कहते हैं परंतु वे चीजें, जो भौतिकशरीर में बकवास लगती हैं, सूक्ष्मशरीर में साधारण चीजे हैं।

अब हम अपनी, बिना किन्हीं सिले हुए कपड़े पहने हुए गली में टहलने की, मूल टिप्पणियों की ओर वापस लौटें। काफी संख्या में लोग, इस भौचक्का कर देने वाले अनुभव को स्पष्टरूप से स्वप्न में, प्राप्त कर चुके होंगे परंतु, वास्तव में, ये स्वप्न बिल्कुल नहीं हैं! ये इस तथ्य से उत्पन्न होता है कि जब कोई सूक्ष्मलोकीय यात्रा में जाता है तो वह अपने सूक्ष्मलोकीय वस्त्रों को पहनना पूरी तरह भूल सकता है! यदि कोई व्यक्ति आवश्यक वस्त्रों की "कल्पना" नहीं करता तब हम सूक्ष्मलोकीय यात्रा में पूरी तरह नंगे होते हैं, हमारे पास किसी और का चश्मा होता है। कई बार एक व्यक्ति, अपने भौतिकशरीर को छोड़ देता है और हाड़मांस के अपने उबाऊ (cloying) रूप से स्वतंत्र होने की तीव्र उत्तेजना में, ऊपर की तरफ, बाहर की तरफ, बहुत जल्दी में चलता है। दूसरी चीजों के बारे में सोचने के लिए कोई अवसर न छोड़ते हुए शरीर में से बाहर आना, एक प्रमुख उपलब्धि थी। प्राकृतिक शरीर, हम आपको ध्यान दिला दें, बिना वस्त्रों का शरीर होता है, क्योंकि वस्त्र, पूरी तरह से मनुष्य द्वारा बनाए गए विचार हैं, जिसका वास्तविकता के साथ, कोई संबंध नहीं है। यहाँ हम, उसे बताने के लिए, जो संभवतः आपको बांध कर रखेगा, कुछ क्षण के लिए, विषय से हट सकते हैं।

काफी पुराने दिनों में, आदमी और औरतें एक दूसरे को आपस में सूक्ष्मशरीर से देख सकते थे। एक दूसरे के प्रति सभी के विचार प्रकट थे; किसी का उद्देश्य पूरी तरह से खुला हुआ था, और तब हम आपको फिर दुबारा बताएँ, कि उसके शक्तिशाली क्षेत्र, जिसे आजकल लोग ढक कर रखते हैं, के आसपास, प्रभामंडल की लपटों के रंग काफी अधिक सजीव और काफी तीव्र होते थे! मानव जाति, विशेषरूप से महिला जाति, अपने कुछ हिस्सों को ढक कर रखती है क्योंकि, वे अपने बारे में, दूसरों को विचारों (thoughts) और उद्देश्यों (motives), जो हमेशा वांछित नहीं होते, को पढ़ने देना नहीं चाहतीं

परंतु ये, जैसा हमने कहा है, पूरी तरह से विषय से दूर हटना है यद्यपि, यह स्वप्नों से थोड़ा सम्बंध रखता है, एक बिन्दु है, जो आपको कपड़ों के ऊपर अचभित होने के लिए प्रेरित करेगा।

जब कोई सूक्ष्मलोक की यात्रा कर रहा है, सामान्यतः वह उस प्रकार के कपड़ों की "कल्पना" करता है, जिन्हें वह दिन के समय पहनता। यदि यह "कल्पना" छोड़ दी जाए, सूक्ष्मलोक की यात्रा करने वाले किसी यात्री की आवभगत करने वाला एक अतीन्द्रियज्ञानी, उस व्यक्ति का स्वागत करेगा और यह पाएगा कि वह (स्त्री या पुरुष) सिले हुए कपड़े नहीं पहने हुए है। सूक्ष्मलोकीय यात्राओं में हमें ऐसे लोग मिले हैं जोकि या तो कुछ नहीं पहने हुए थे या शायद एक पजामा जैकेट या "इस विश्व के एकदम बाहर के" कुछ दूसरे कपड़े पहने हुए थे, जो वर्णन का विरोध करते हैं और संभवतः, आजकल के दिनों के लिंगेरी (lingerie) के किसी भी विवरणपत्र (catalogue) में, कहीं नहीं मिलेंगे। ये भी एक तथ्य है कि, लोग जो कपड़ों के प्रति अधिक सावधान हैं, वे स्वयं के लिये अक्सर कल्पना करेंगे—स्वप्न में स्वयं के प्रति—वे कपड़े पहने हुए, जिन्हें वे भौतिकशरीर में रहते हुए, सामान्यतः नहीं पहनते। परंतु ये सब कोई अर्थ नहीं रखता, क्योंकि हम दुबारा फिर कहते हैं कि वस्त्र, मानवता का मात्र एक विचार है और हम ये नहीं समझते कि जब हम स्वर्ग में जाते हैं, हमको वैसे कपड़े पहनने पड़ेंगे, जैसे हम जमीन पर पहनते हैं।

स्वप्न, तब, वास्तव में, हमारे जीवन के तर्कपूर्ण तथ्य हैं, जो सूक्ष्मशरीर में घटित होते हैं, और जैसा हम पहले कह चुके हैं, जब कोई सूक्ष्मशरीर में होता है, और वह काफी दूर से, काफी स्पष्टता के साथ, रंगों की बहुत बड़ी श्रृंखला देखता है। हर चीज अधिक चमकीली होती है, हर चीज "जीवन की तुलना में बड़ी" होती है, कोई भी अच्छे से अच्छे सूक्ष्मतम विस्तारों को देख सकता है, रंग, जो इस पृथ्वी पर पाए जाते हैं, उससे कहीं अधिक श्रेष्ठ श्रृंखला के होते हैं। यहाँ हम एक उदाहरण दें।

हम सूक्ष्मशरीर से, किसी दूरस्थ देश में, समुद्र के ऊपर, एक देश के ऊपर घूम रहे थे। दिन जीवंत नीले आसमान के साथ, चमक रहा था और हमारे नीचे का समुद्र, नम्र सफेद लहरों के साथ कोड़े जैसे मार रहा था, परंतु, वास्तव में, हमको छू नहीं रहा था। हम सुनहरी रेत के नीचे घुस गए और आश्चर्यजनक कीड़े जैसे ढांचे को देखने के लिए रुक गए। बालू का हर बिन्दु, सूर्य की रोशनी में, नगीनों की तरह से चमक रहा था। हम हिलते हुए समुद्री खरपतवार के समूह के ऊपर, धीमे से आगे बढ़े। हम सुंदर भूरे और हरे रंगों के ऊपर और हवा के फुकनों (bladders) पर, जो सुनहरे—गुलाबी जैसे बदलते दिखाई दिए, चकित हुए। हमारे दाँड़ ओर, हरे से रंग की एक पहाड़ी थी, जो एक क्षण के लिए, मानो कि शुद्धतम हरिताश्म (jade) की दिखाई दी। हम आंशिकरूप से बाहरी सतह को देख सकते थे, हम शिराओं (veins) और धारियों (striations) को देख सकते थे, और हम जीवाष्म—जैसे (fossil like) छोटे-छोटे प्राणियों को देख सकते थे, जो इस चट्टान में करोड़ों साल पहले समा गए थे। हम जैसे-जैसे घूमे फिरे, हमने अपनी आँखों से आसपड़ौस में देखा, जो कि नया दिखाई दिया, आँखों ने वह देखा, जो इससे पहले कभी नहीं देखा था। हम वातावरण में, रंगों के पारदर्शी गोलों को देख सकते थे, गोले, जो वास्तव में, हवा के जीवंत बल थे। रंग अत्यधिक सुंदर, मनमोहक थे, बदलते हुए और तीव्र थे, और हमारी दृष्टि की तीक्ष्णता (acuity) ऐसी थी कि हम, किसी विस्तार को खोए बिना, काफी दूर तक, जहाँ तक पृथ्वी की गोलाई हमें अनुमत करती थी, देख सकते थे।

मांस में बंधे हुए हम, अपनी इस बेचारी पुरानी पृथ्वी के ऊपर, अपेक्षाकृतरूप से अंधे हैं, हमारे पास रंगों की एक सीमित श्रृंखला और रंगों के धाप (shades) देखने की एक हल्की सी दृष्टि है। हम निकट दृष्टि (myopia), दृष्टि वैषम्य (astigmatism) और दूसरे दोषों से, जो हमें चीजों को, जैसी वे वास्तव में हैं, देखना असंभव कर देते हैं, से पीड़ित हैं। यहाँ हम, लगभग इन्द्रियज्ञान और अनुभूतियों के दीवाने हैं, वास्तव में, हम इस पृथ्वी के ऊपर, कामनाओं और दुर्भावनाओं से लदी हुई, और गलत ढंग के खाद्य के साथ, मिट्टी के खोल में रखी गई, गरीब चीजें हैं, परंतु जब हम आकाश के स्वतंत्रलोक में

बाहर जाते हैं, हम उन रंगों को, जो खुद पृथ्वी पर, इससे पहले कभी नहीं देखे गए, देख सकते हैं, अधिक स्पष्टता के साथ देख सकते हैं।

यदि आपने कोई "स्वप्न" देखा, जिसमें आप आश्चर्यजनक स्पष्टता और प्रसन्न करने वाले आश्चर्यजनक रंगों की श्रृंखला को देखते हैं, तब आप ये जान सकते हैं कि आपको एक सामान्य, सर्वसामान्य स्वप्न नहीं हुआ, परंतु ये वास्तव में, सूक्ष्मलोकीय यात्रा के सही अनुभवों को तर्कसंगत करने वाला था।

यहाँ एक दूसरी चीज है, जो कई लोगों को अपने सूक्ष्मलोकीय यात्राओं के आनंद को याद करने से रोकती है। यह ये है : जब कोई इस शरीर के बंधन में है तब की तुलना में, सूक्ष्मशरीर में रहते हुए, वह काफी ऊँची दर पर, अपेक्षाकृत काफी ऊँची दर से कंपन कर रहा होता है। शरीर को छोड़ना, एक आसान चीज है क्योंकि जब कोई 'बाहर' जा रहा है, कंपनों का अंतर बिलकुल प्रभाव नहीं डालता, अड़चनें तब आती हैं, जब हम अपने शरीर में वापस लौट रहे होते हैं, और चेतन रूप से इनमें रहते हैं। यदि हम जानते हैं कि ये रुकावटें क्या हैं, तो वे सूक्ष्म और भौतिक वाहनों को, कुछ विशेष प्रकार की व्यवस्था तक पहुँचाने में सहायक होती हैं।

हम कल्पना करें कि हम सूक्ष्मशरीर में हैं, हमारा मांस वाला शरीर हमारे नीचे है। ये एक निश्चित गति से कंपन कर रहा है, लगभग, टिकटिक कर रहा है जबकि सूक्ष्मशरीर, जीवन के साथ, जीवंतता के साथ कंपन कर रहा है, क्योंकि आप किसी बीमारी के कारण या सूक्ष्मशरीर की किसी पीड़ा के कारण नहीं हिल रहे हैं। यदि हम चीजों को पृथ्वी के पदों में रखें, शायद ये हमको मददगार साबित होगा। हम विचार करें कि हम एक व्यक्ति, जो बस में है, की समस्या पर विचार कर रहे हैं; बस चल रही है, संभव है बीस या तीस मील प्रति घण्टा से, और कोई यात्री आवश्यकता के कारण बस, जो दुर्भाग्यवश रुक नहीं सकती, को छोड़ना चाहता है। इसलिए समस्या ये है कि यात्री को बस के बाहर इस ढंग से कूदना पड़ेगा कि वह किसी प्रकार से, किसी ढंग से अपने आपको घायल किए बिना, सड़क पर उतर जाए। यदि वह लापरवाह है तो वह बुरी तरह नुकसान उठाता है, परंतु यदि वह यह जानता है कि ये सरलता से कैसे किया जा सकता है क्योंकि, कोई भी अक्सर बस के अधिकारियों और कर्मचारियों को ऐसा करते हुए देखता है। हमें अनुभव से सीखना होगा कि जब वाहन चल रहा हो, बस से कैसे उतरा जाए। हमें ये सीखना पड़ेगा कि शरीर में किस प्रकार आया जाए जबकि, दोनों वाहनों की गतियाँ अलग-अलग हैं!

जब हम सूक्ष्मशरीरी यात्रा के अनुभवों से वापस लौटते हैं। हमारी समस्या, शरीर में वापस आने की है। फिर, हम सूक्ष्मशरीर में, उस तुलना में, जबकि हम भौतिक शरीर में होते हैं, अत्यधिक दर से कंपन कर रहे होते हैं, और चूँकि हम उसे एक बड़ी सीमित मात्रा के आगे, मंदा नहीं कर सकते और न ही दूसरे को तेज कर सकते हैं, हमको तब तक प्रतीक्षा करनी पड़ेगी, जबतक कि हम दोनों के बीच, एक ही समय में समन्वित (synchronize) न कर सकें। अभ्यास के द्वारा हम ऐसा कर सकते हैं, हम भौतिक शरीर की गति थोड़ी सी बढ़ा सकते हैं और सूक्ष्मशरीर की गति को थोड़ा सा घटा सकते हैं ताकि, जब वे शांत हो और एक दूसरे से काफी असमान कंपनों में हों, वहाँ दोनों के बीच, एक मूल अनुनाद-कंपनों का अनुशीलन-हो, जो कि हमको सुरक्षितरूप से "प्रवेश करने में" सक्षम बनाता है। ये अभ्यास का मामला है, अंदर से, प्रजाति स्मरण (racial memory) के अभ्यास से और जब हम ऐसा कर सकते हैं कि हम अपने स्मृतियों को सही सलामत रख सकें, आता है।

क्या आप इसे प्राप्त करना कठिन समझते हैं ? तब हम कल्पना करें कि आपका सूक्ष्मशरीर एक फोनोग्राफ का पिकअप है आपका भौतिकशरीर फोनोग्राफ का घूमता हुआ रिकार्ड है—हम क्या गति कहेँ इसकी ? — 48 आर पी एम (चक्कर प्रति मिनट) ? हमारी समस्या है, सुई को घूमते हुए रिकार्ड पर इस प्रकार रखने की, ताकि ये एक विशेष शब्द या संगीत के विशेष स्वर पर रखी जाए। यदि आप, इस

फोनोग्राफ पिकअप के रिकार्ड के साथ सम्पर्क में आने वाली परेशानियों की सोचते हैं ताकि, पहले से निश्चित किया हुआ शब्द या संगीत का स्वर चुना जाय, तब आप ये कहेंगे कि अपनी सारी स्मृतियों को बनाए रखते हुए, सूक्ष्मशरीर से (बिना अभ्यास के) वापस आना, कितना मुश्किल था।

यदि हम बेवकूफ या बिना अभ्यास किए हुए हैं, और बिना समय संयोजन किए आते हैं तो हम पूरी तरह से बाहर होते हुए, महसूस करते हुए जागेंगे। हम हरेक चीज के साथ तिरछे (cross) खड़े होंगे; हमको सिरदर्द होगा, शायद हम बीमार और दुखी महसूस कर सकते हैं। ऐसा इसलिए है, क्योंकि कंपनों के दोनों प्रकार, ठीक वैसे ही जैसे कि कोई आदमी असामंजस्य में और एक बड़े सुनिश्चित झगड़े में, यदि कोई कार के गियर को बेढंगे तरीके से बदले, एक दूसरे के साथ झगड़े से संयुक्त किए गए थे। यदि हम कंपनों की गलत दर से वापस लौटते हैं, तो हमें लग सकता है कि सूक्ष्मशरीर, हमारे भौतिक शरीर में ठीक-ठीक मेल नहीं खाता, ये एक तरफ को या दूसरी तरफ को कुछ टेढ़ा हो सकता है और परिणामस्वरूप कहीं पूरी तरह दबा हुआ हो सकता है। यदि हम इसे करने के लिए इतने दुर्भाग्यशाली हैं, तो इसका एकमात्र उपाय, दुबारा आराम करना या सो जाना होता है। उतनी शांति से, जितनी कि संभव हो सके, कोई हलचल नहीं, कोई विचार नहीं, एकदम शांत स्थिर और एकबार फिर सूक्ष्मशरीर को भौतिकशरीर से आजाद करते हुए, यदि कोई इसकी व्यवस्था कर सके। सूक्ष्मशरीर खिंचकर ऊपर चला जाएगा और भौतिकशरीर से कुछ फुट ऊपर उठेगा और तब यदि हम इसे करने दें, ये नीचे की तरफ डूबेगा और पूरा एक सीध में आते हुए भौतिकशरीर के साथ मिल जाएगा। हम अब और बीमार या अवसादग्रसित नहीं होंगे। इसमें केवल अभ्यास और लगभग आपके दस मिनट समय की आवश्यकता होती है। तेजी से उछलने और यह अनुभव करने की तुलना में कि इस स्थान पर मर जाने में अधिक प्रसन्नता होगी, दस मिनट देना और अच्छा अनुभव करना अच्छा है, क्योंकि आप न तो कर सकते हैं और न ही अच्छा अनुभव करेंगे जबतक कि दुबारा, आप फिर से सो न जाएं और अपने दोनों वाहनों को एक दूसरे के साथ पूरे समन्वय में न ला सकें।

कई बार कोई वास्तव में, किसी विशेष स्वप्न की स्मृतियों के साथ, प्रातःकाल अपनी चेतना में वापस आता है। संभवतः ये कुछ ऐतिहासिक घटना हो सकती है, या साहित्यिकरूप से, "इस लोक के बाहर" का कुछ हो सकता है। इस मामले में अच्छा यह होगा कि किन्हीं विशेष कारणों से, अपने प्रशिक्षण के साथ जुड़े हुए आप, आकाशिक अभिलेख (हम इसके बारे में, बाद के पाठ में चर्चा करेंगे), जिन्हें आप देख सकते थे, के साथ सम्पर्क करने में सफल हुए हों। भूतकाल में क्या हुआ, या कई बिरली ही बार, भविष्य में क्या होने की संभावना है। महानदृष्टा, जो भविष्यवाणियाँ करते हैं, अक्सर भविष्य में जाते हैं और संभावनाओं को देखते हैं, वास्तविकताओं को नहीं, क्योंकि वे अभी हुई नहीं हैं, परंतु संभावनायें जानी जा सकती हैं और पहले बताई जा सकती हैं। इससे आप ये देखेंगे कि कोई आदमी अपनी सूक्ष्मलोक की यात्रा में, जो होता है, उसकी स्मृति को जितना ज्यादा संभालकर रख सकता है, वह उससे उतना ही अधिक लाभ उठा सकता है क्योंकि, ऐसी चीजों को बड़ी परेशानी और कष्ट के साथ सीखने में कोई तुक नहीं है, यदि कोई आगामी कुछ मिनटों में उसके संबंध में सबकुछ भूल जाने वाला है।

ये कई बार होता है कि कोई, सुबह बुरे मिजाज के साथ, पूरी तरह से दुनियाँ और जो कुछ उसके अंदर है, से घृणा करता हुआ, जागता है। किसी को, अपनी इस वास्तविक काली और गन्दी मनोवृत्ति को संभालने में घण्टों-घण्टों लग जाते हैं। इस विशेष रवैये के अनेक कारण हैं; एक ये है कि किसी ने सूक्ष्म अवस्था में अनेक आनंददायक चीजों को देखा है, वह अनेक आनंददायक स्थानों को गया है और अनेक प्रसन्न लोगों को देखा है। सामान्यतः, कोई व्यक्ति, सूक्ष्मशरीर से मनोरंजन के लिए तब जाता है, जब भौतिकशरीर सो रहा हो। सूक्ष्मशरीर में रहते, किसी में स्वतंत्रता की भावना होती है, और बंधनों और रोकथाम का पूरी तरह से अभाव होता है। ये एहसास, वास्तव में, आश्चर्यजनक होता है और

तभी दूसरे दिन की शुरुआत करने के लिए, मांस के शरीर में वापस आने का बुलावा आ जाता है—क्या? पीड़ार्थ ? कठोर परिश्रम ? जो कुछ भी है, वह सामान्यतः प्रसन्नतारहित है, और इसप्रकार एक आदमी के वापस आने के बाद, आनंद से पूरी तरह तोड़ दिए जाने के बाद, कोई सूक्ष्मशरीर जगने पर, वास्तव में, दुखी और बदमिजाज ही हो सकता है।

दूसरा कारण, जो उतना अधिक सुखद नहीं है, वह है कि जब हम पृथ्वी पर हैं, हम कक्षा में पढ़ते हुए या पढ़ने की कोशिश करते हुए बच्चों की तरह हैं। वे पाठ, जिनको हमने स्वयं ही, इस पृथ्वी पर आने से पहले, पढ़ने की योजना बनाई थी। जब हम सोने के लिए जाते हैं, ये ऐसा है जैसे कि, सूक्ष्मशरीर ने स्कूल को छोड़ दिया हो, और वह दिन की समाप्ति पर, ठीक वैसे ही जैसे कि, बच्चे दिन की समाप्ति पर अपने घर लौटते हैं, लौट रहा हो। कई बार, यद्यपि एक व्यक्ति, जो स्वयं संतुष्ट है और इस पृथ्वी पर संतोषपूर्ण है, ये सोचते हुए कि वह एक महत्वपूर्ण व्यक्ति है, सोने के लिए जाएगा और तब अगले दिन सुबह, बहुत खराब मनोदशा के साथ जागेगा। सामान्यतः ऐसा इसलिए होता है कि उस व्यक्ति ने सूक्ष्मशरीर में, भौतिकविश्व में, अपने जीवन का खराब झटका खाते हुए देखा है और ये भी कि उसे यहाँ वास्तव में, पूरी तरह, संतोष नहीं मिल रहा है। इसका ये अर्थ बिलकुल नहीं है कि चूँकि व्यक्ति के पास काफी पैसा है और अनेक एकड़ों की संपत्ति है और वह काफी अच्छा काम कर रहा है। हम पृथ्वी लोक पर कुछ विशिष्ट चीजों को सीखने के लिए आते हैं, ठीक वैसे ही जैसे कि, कुछ खास चीजों को सीखने के लिए, कोई स्कूल या कॉलेज में जाता है। ये उदाहरण देना, पूरी तरह निरर्थक होगा, महाविद्यालय के किसी विद्यार्थी को, अपने लिए आध्यात्म में डॉक्टर की डिग्री के लिए पंजीकृत कराना और तब बिना किसी स्पष्ट कारण के, उसे ये पता लगना कि उसे उन स्थानीय शहरों का पूरा कूड़ा करकट मिलने वाला है। काफी सारे लोग ये सोचेंगे कि वे सर्वोत्कृष्ट रूप से अच्छा कर रहे हैं क्योंकि वे दूसरे लोगों की वंचना करते हुए, दूसरे लोगों से अधिक प्रभार वसूल करते हुए, अधिक लाभ कमाते हुए और उन्हें “खराब व्यवहार (bad deals)” देते हुए, काफी पैसा इकट्ठा कर रहे हैं। ऐसे लोग, जो “श्रेणी के प्रति जागरूक (class conscious)” या “नवधनाढ्य (nouveau riche)” हैं, वास्तव में, सिवाय इसके कि वे पृथ्वी पर अपने जीवन की असफलता की घोषणा कर रहे हैं, अच्छी उपलब्धि नहीं कर रहे हैं। अभी समय है, जब हर किसी को वास्तविकता का सामना करना पड़ेगा, और वास्तविकता, इस पृथ्वी पर नहीं है क्योंकि यह माया का संसार है, जिसमें सभी मूल्य गलत हैं, जहाँ पढ़ाई के उद्देश्य से, कोई विश्वास करता है कि धन और लौकिक शक्ति (temporal power) और पदस्थिति (position), ये सब मायने रखती है। कोई मामला इससे ज्यादा आगे का नहीं हो सकता क्योंकि, भारत और दूसरे स्थानों के कंगाल (mendicant) भिक्षु, उन उच्च शक्तिशाली वित्तीय संपोषकों (financiers) की, जो धन को काफी अधिक ब्याज पर गरीब लोगों को, जो पहले से ही पिसे हुए हैं और वास्तव में पीड़ित हैं, देते हैं, की तुलना में, भविष्य के जीवन के आध्यात्मिक मूल्यों के प्रति, अधिक मूल्यवान हैं। ये वित्तपोषक (वास्तव में ये सूदखोर (money lenders) हैं!) वास्तव में, उन लोगों के घरों और भविष्य को तोड़ते हैं, जो इतने दुर्भाग्यशाली हैं, कि इनके जबरदस्ती बसूल जाने वाले भुगतानों से पिछड़े रहते हैं।

इन उच्च शक्तिशाली वित्तपोषकों में से एक और वैसे ही दूसरों को सोने जाने दो और मान लें कि वे किसी विशेष कारण से मांस से मुक्त हो सकते हैं और काफी दूर तक ये देखने के लिए जाते हैं कि वे किस प्रकार का घपला कर रहे हैं। तब वे अपनी पूर्णतः सदमा देने वाली स्मृति के साथ वापस आते हैं, वे अपनी इस चेतना के साथ कि वे वास्तव में क्या हैं, और एक निश्चय के साथ कि “आज का दिन एक नया दिन (turnover a new leaf) होगा” वापस आते हैं। दुर्भाग्यवश, जब वे अपने भौतिकशरीर में वापस आते हैं, कैसे भी, निम्नप्रकार के होने के कारण, वे इसे याद नहीं रख पाते और इसलिए वे इतना कहते हैं कि उन्हें बहुत खराब रात गुजारनी पड़ी, वे अपने मातहतों के ऊपर चीखते हैं

और सामान्यतः, नजर में आने वाले हर आदमी को धमकाते हैं और वे “सोमवार सुबह की उदासियों (monday morning blues)” को रास्ता देते हैं परन्तु काफी दुख के साथ, वे इसे केवल सोमवार को सुबह ही नहीं होने दे पाते, परन्तु लगभग हर दूसरे दिन ऐसा होता है।

“सोमवार सुबह की उदासी”, हाँ, ये मामला वास्तविक है, और एक विशेष कारण के लिए। अधिकांश लोगों को काफी नियमितता के साथ काम करना पड़ता है, और वे कम से कम, सप्ताह के काफी दिनों की अवधि में, नियमित घण्टे काम में लगाते हैं; सप्ताह के अंत में, आराम का, अपने कामकाज और अक्सर स्थानों को भी को बदलने का समय होता है। लोग सप्ताह के अंत में, अधिक शांति से सोते हैं और उनका सूक्ष्मशरीर बाहर जाता है, आगे यात्रायें करता है, और शायद ये देखने के लिए कि, उनका भौतिकशरीर क्या कर रहा है, ये वहाँ तक ऊँचा जाता है, और तब, जब वे वापस लौटते हैं ताकि भौतिकशरीर सोमवार के दिन प्रातःकाल कार्य प्रारंभ कर सके तो वहाँ सामान्यतः काफी उदासी होती है जो “सोमवार सुबह की उदासी” के रूप में होती है।

यद्यपि केवल कुछ क्षणों के लिए ही, फिर भी, दूसरे वर्ग के लोगों को, हमारा ध्यान अपनी तरफ आकर्षित करना चाहिये; वे, जो कम सोते हैं। ये लोग, अपनी उस सूक्ष्मशरीरी चेतना को रखने के लिए, जिसमें सूक्ष्मशरीर, भौतिकशरीर को छोड़ने और बाहर जाकर चीजों का सामना करने की बिलकुल भी इच्छा नहीं रखता, पर्याप्त दुर्भाग्यशाली हैं। बहुधा एक पियक्कड़, काफी दिलचस्प अस्तित्वों के कारण, जो उसके निकलते हुए सूक्ष्मशरीर को घेर लेते हैं, सो जाने के प्रति काफी डरा हुआ होता है। हम पहले ही इस संबंध में “गुलाबी हाथियों (pink elephants)¹⁸” के संबंध में और दूसरे प्रकार के जीवों (fauna) और वनस्पतियों (flora) के संबंध में चर्चा कर चुके हैं।

ऐसे मामले में, भौतिकशरीर जगा रहेगा और भौतिकशरीर तथा सूक्ष्मशरीर में पीड़ा का कारण बनेगा। शायद आप ऐसे लोगों को जानते होंगे, जो समय के ऐसे किनारे पर हैं, कि वे हमेशा लगातार चलते ही रहते हैं, वे परेशान (jittery) हैं और एक क्षण के लिए भी विश्राम नहीं कर सकते। अक्सर, काफी जल्दी-जल्दी, ऐसे लोग वे लोग होते हैं, जिनके दिमाग में-उनकी चेतना के ऊपर-इतना कुछ रहता है कि इस दशा में, वे सोचना और महसूस करना प्रारंभ करें, कि वे क्या हैं, और वे क्या कर रहे हैं, और उन्होंने क्या अनकिया, कर दिया, वे आराम करने की सोच भी नहीं सकते। इस प्रकार आदत बनना शुरू हो जाता है-सोना नहीं, कोई आराम नहीं, ऐसा कोई कारण नहीं, जो कि आत्मा को वास्तव में, भौतिकशरीर के सम्पर्क में आने का अवसर प्रदान करे। ये लोग एक ऐसे घोड़े की तरह से हैं, जिसने अपने दांतों में एक कौर चारा चबा रखा है और सीधा खड़ा होकर, सबका खतरा बनते हुए, सड़क पर बेतरतीब घूमता है। यदि लोग सो नहीं सकते, तो वे पृथ्वी पर जीवन का लाभ नहीं उठा सकते, और इस जीवन से कोई फायदा नहीं ले सकते, तब उन्हें किसी अच्छे काम के लिए दुबारा फिर वापस आना होगा।

क्या आप आश्चर्यचकित हैं कि कैसे तय किया जाए कि कोई स्वप्न किसी कल्पना का हिस्सा है या सूक्ष्मशरीर की यात्रा की विकृत हुई स्मृति ? सबसे आसान तरीका स्वयं को पूछने का है, क्या आप उस स्वप्न में, चीजों को अधिक स्पष्टता के साथ देखते हैं ? यदि आप देखते हैं, तो यह सूक्ष्मशरीरी यात्रा की स्मृति है। क्या रंग इतने अधिक जीवंत थे, जिनका देखना, आप पृथ्वी पर भी याद रख सकें ? तब फिर से ये सूक्ष्मशरीर यात्रायें हैं। अक्सर आप किसी प्रिय के चेहरे, या किसी प्रिय के बड़े प्रभाव को देखेंगे; ऐसा इसलिए है, क्योंकि आप उस व्यक्ति के पास सूक्ष्मशरीरी यात्रा में मिलने के लिए गए थे, और यदि आप, उस प्रिय व्यक्ति का फोटो अपने सामने रखते हुए सो जाएँ, तो आप विश्वस्त हो सकते हैं कि जब आप अपनी आँखें मूंद लेंगे और अपने आपको आराम में करेंगे, आप वहाँ

18अनुवादक की टिप्पणी : “गुलाबी हाथी” एक मुहावरा है। ऐसा कहा जाता है कि पियक्कड़ लोग नशे की अवस्था में अक्सर कुछ चीज को देखते हैं, जिसे गुलाबी हाथी कहते हैं, इसे भ्रमजाल (hallucination) भी कहा जाता है। “कमरे में हाथी (elephant in the room)” एक दूसरा मुहावरा है, जिसका अर्थ है, एक ऐसी समस्या, जिसको हर कोई जानता है, परन्तु कोई भी स्वीकार नहीं करता।

जाने वाले हैं।

अब हम सिक्के का दूसरा पहलू देखें। आप किसी विशेष व्यक्ति के संबंध में सोचते हुए, जिसके साथ आप निश्चितरूप से सामंजस्य में नहीं हैं, प्रातःकाल की खलवली में हुए जगे हुए हो सकते हैं और थोड़े गुस्सा नहीं हो सकते हैं। शायद, आप उस व्यक्ति के संबंध में सोचते हुए, शायद कुछ झगड़े-टंटे और वह सब, जिसमें उसने आपको फंसा कर रखा, की सोचते हुए, नींद में चले गए। आप सूक्ष्मशरीर में उससे मिले होंगे और उसने भी, सूक्ष्मशरीर में आपसे समस्याओं के निदान के ऊपर चर्चा हुई होगी। आपने मामले को सुलझा लिया होगा, और आप दोनों ने अपने सूक्ष्मशरीरों की अवस्था में ये तय किया होगा कि आप पृथ्वीलोक पर इन सब चीजों को, इन हलों को याद रखेंगे और आप सहयोगपूर्ण सहमति में आए होंगे या, दूसरी तरफ, झगड़ा और अधिक तीव्रता के साथ हुआ होगा ताकि जब आप पृथ्वी पर वापस लौटे, एक दूसरे के साथ पहले की तुलना में भी अधिक बहुत विरोध में थे परंतु कोई बात नहीं आपको कोई स्वीकार्य सहमति मिली या नहीं, यदि आप भौतिक अवस्था में वापस आने पर, आपको बुरा झटका लगता है या अपने आपको अपने भौतिकशरीर के साथ, तालमेल में नहीं कर पाते हैं, तब आपके पूरे सदाशय, आपकी सभी अच्छी व्यवस्थायें बिखर जायेंगी और विकृत हो जायेंगी, और जागने पर आपकी स्मृति, नापसंदगी, और कड़वे अवसादग्रस्त गुस्से की, तथा असामंजस्यपूर्ण होगी।

स्वप्न-तथाकथित-दूसरे लोक में खिड़कियाँ हैं। अपने स्वप्नों को बोएँ, उनकी परीक्षा करें, जब आप रात को सोने के लिए जाएँ तो ये निश्चय करें कि आप वास्तव में, सही स्वप्न देखने जा रहे हैं, अर्थात्, निश्चय करें कि जब आप सुबह जागेंगे आप एक स्पष्ट और स्मृति का बिना विकृत किया हुआ रूप देखेंगे, जो उस रात को घटी। ये किया जा सकता है, किया जाता है, ये केवल पश्चिमी विश्व ही है, जहाँ इतने अधिक संदेह हैं, प्रमाण के बारे में इतनी अधिक चीखपुकार है, पूरी प्रजाति के लोग इसे मुश्किल समझते हैं। पूर्व के कुछ लोग, सम्मोहन की निद्रा में जाते हैं, जो कुल मिलाकर, भौतिक शरीर से बाहर निकलने का ही एक तरीका है। दूसरे लोग सो जाते हैं, और जब वे जागते हैं उन्हें समस्याओं, का समाधान मिल जाता है। आप भी इसे अभ्यास के साथ, और इसे करने की गंभीर इच्छा के साथ, केवल भले के लिए, कर सकते हैं। आप भी, सत्य स्वप्न और भव्यकला के अस्तित्व की एक बड़ी खिड़की को खोलें।

पाठ अठारह

हम इस पाठ्यक्रम के माध्यम से, कुछ समय से एक दूसरे को जानते हैं। शायद, हमको अपनी स्थिति का जायजा लेने के लिए और अपने संबंध में देखने और सोचने के लिए कि हमने क्या पढ़ा है और ये मानकर कि हमने क्या सीखा है, थोड़े समय के लिए विराम लेना चाहिए। यदाकदा रुकना मनोरंजन के उद्देश्य से भी आवश्यक है। क्या आपने कभी सोचा है कि "मनोरंजन (recreation)", वास्तव में, पुनः सृष्टि (re-creation) है ? इस बिन्दु का हम उल्लेख करते हैं, क्योंकि ये सब, थकान के साथ बंधा हुआ है; यदि कोई थक जाता है तो अपना सबसे अच्छा काम नहीं कर सकता है। क्या आप जानते हैं, क्या होता है जब कोई थकता है ?

हमें, इसको समझने के लिए कि जब हम अपनी मांसपेशियों पर अधिक भार डालते हैं, हम क्यों कड़े और कड़वे हो जाते हैं, इस संबंध में, शरीर-क्रिया विज्ञान (physiology) के बड़े ज्ञान को पाने की आवश्यकता नहीं है। हम विचार करें कि हम, शायद अपनी दाईं भुजा से एक भारी वजन उठाते हुए कुछ निश्चित क्रिया को दोहरा रहे हैं। ठीक है, थोड़े समय के बाद दाईं भुजा की मांसपेशियाँ दर्द करना प्रारंभ कर देंगी, हमें मांसपेशियों में एक विशेष प्रकार का अनुभव होगा और यदि हम फिर भी जारी रखें तब और केवल जलन के बजाए, हमें लंबे समय तक वास्तविक दर्द होगा। हमें इसे और अधिक नजदीकी के साथ देखना चाहिए।

इस पाठ्यक्रम की अवधि में, इस पर जोर दिया गया है कि संपूर्ण जीवन विद्युतीय मूल्य का है। जब कभी भी हम सोचते हैं, हम एक विद्युतधारा पैदा करते हैं। जब कभी भी हम किसी उँगली को चलाते हैं, तब हम नाड़ी आवेग के रूप में, एक विद्युत धारा भेजते हैं, जो किसी मांसपेशी को कदम उठाने के लिये "प्रेरित (galvanise)" करती है। परंतु हम, अपनी भुजा, जिसको हमने अधिक काम करने के कारण, कष्ट दिया था, पर विचार करें; हम अक्सर बहुत लंबे समय के लिए, वह चीज उठाते रहे हैं और नाड़ियों, जो विद्युतधारा को मस्तिष्क से ले जाती हैं, पर अत्यधिक भार डाला गया है। ठीक उसी प्रकार, यदि हम घर के एक साधारण फ्यूज को लें और उसपर अधिक भार डालें तो फ्यूज उड़ जाएगा। हो सकता है कि फ्यूज तत्काल न भी उड़े परंतु इसके बदले में, वह अधिक भार डाले जाने के प्रमाण अवश्य प्रदर्शित करेगा और बदरंग हो जायेगा। ऐसा ही हमारी मांसपेशियों तक जाने वाली नाड़ियों के साथ में है, जब लगातार विद्युत धारा गुजरने के कारण, उन पर अधिक भार पड़ता है तब, मांसपेशियाँ लगातार विस्तार और संकुचन होने के कारण, थक जाती हैं।

ये क्यों थक जाती हैं ? इसका उत्तर देना आसान है! जब हम अपनी भुजा को उठाते हैं, हमारी मांसपेशियों को मस्तिष्क से उत्तेजना मिलती है। विद्युत धारायें, मांसपेशियों की संरचना में स्रावों (secretions) को प्रवाहित करती हैं, जो मांसपेशियों की लड़ियों (तंतुओं) पर एक दूसरे से खिंचने के लिए दबाव बनाता है, ताकि जब आप एक दूसरे से खिंचती हुई पूरी लड़ियों या लड़ियों (तंतुओं) का समूह पायें, इसका परिणाम, उनकी कुल लंबाई में होने वाली कमी हो, और इसका मतलब भुजा को मोड़ना हो। ये सब ठीक है—हम शरीरक्रिया विज्ञान में नहीं जा रहे हैं—लेकिन एक द्वितीयक परिणाम यह है कि, इन मांसपेशियों में लड़ियों के सिकुड़ने या अलग होने में निहित रसायनों के रवे (crystals) बन जाते हैं और मांसपेशियों में अंदर बैठ जाते हैं। इसप्रकार ये ऐसा है, मानो कि यदि हम इन स्रावों को, इन रसायनों को, मांसपेशियों में अधिक तेजी के साथ, अपेक्षाकृत उससे अधिक, जितना कि तंतु अवशोषित कर सकते हैं, मांसपेशियों के तंत्र में भेजते हैं तो उसका परिणाम होगा रवे बनना, और यदि हम अपनी मांसपेशियों को चलाए रखने का प्रयास जारी रखें, ये रवे बहुत तीखे होने के साथ-साथ, काफी दर्द पैदा करेंगे। हम शायद एक या दो दिन का इंतजार करें; जब तक कि ये रवे, फिर से अवशोषित नहीं हो जाएँ और मांसपेशियों के तंतु, फिर से, आसानी से, बिना किसी प्रयास के, एक दूसरे

के ऊपर खिसकने, फिसलने, चलने के लिए तैयार न हो जाएँ। चलते-चलते, ये उल्लेखनीय है कि जब किसी के गठिया (rheumatism) का दर्द होता है तो उसमें, शरीर के विभिन्न अति संवेदनशील (susceptible) भागों में रवे बन जाते हैं, जो तंतुओं को आपस में जुड़ा (lock) देते हैं। वास्तव में, गठिया वाला कोई भी व्यक्ति, अपनी पीड़ित भुजा को चला सकता है, परंतु ऐसा करना, उसको अत्यंत तीव्र दर्द पैदा करता है क्योंकि, उसके तंतुओं में रवे घुसे रहते हैं। यदि उन रवों को घोलने का कोई तरीका प्राप्त कर सके, तब वह गठिया के इलाज के लिए सफल हो सकेगा परंतु ऐसा अभी तक नहीं है।

यद्यपि, ये मानो कि, कुछ चीजों, जिन्हें हम सीख चुके हैं, के ऊपर विचार करने के, अथवा, शायद दूसरे विचारों पर, ऐसा नहीं है, हमारे मूल आशय से हमें दूर ले जा रहा है! यदि आप अत्यधिक प्रयास कर रहे हैं तो आप कहीं नहीं पहुंचेंगे क्योंकि आपका मस्तिष्क बुरी तरह थक जायेगा। अनेक लोग मध्यमार्ग को नहीं अपना सकते क्योंकि उन्हें इस विश्वास के साथ पाला गया है कि केवल कठोरतम परिश्रम ही अधिक अच्छे परिणाम दिलाता है। लोग परिश्रम करते हैं और गुलाम बन जाते हैं, और वे कहीं नहीं पहुंचते क्योंकि वे अत्यधिक प्रयास करने वाले होते हैं। कईबार लोग, जो इतना अधिक प्रयास करते हैं, बुरी तरह थक जाते हैं, और तब वे भयानक चीजों को कहते हैं क्योंकि, अधिक साहित्यिक ढंग से, वे अपने पूरी चेतना में नहीं हैं! जब हम थक जाते हैं तो मस्तिष्क में पैदा होने वाली धारा मंद पड़ जाती है, ये कम हो जाती है, इसीलिए धनात्मक आवेगों की तुलना में "ऋणात्मक" विद्युत बढ़ जाती है और ये आवेग हमें बदमिजाज बनाते हैं। बदमिजाजी, खुशमिजाजी की उल्टी होती है, ये खुशमिजाजी का ऋणात्मक पहलू है, और यदि हम, इस अधिकता के कारण या किसी अन्य कारण से, अपने आपको बदमिजाजी में चले जाने दें, इसका तात्पर्य यह है कि हम, वास्तव में, कोशिकाओं, जो हमारे अंदर धारा उत्पन्न करती हैं, का क्षरण कर रहे हैं। क्या आप कार चलाते हैं? क्या आप अपनी कार की बैटरी की ओर कभी देखा है? यदि आप ऐसा करते हैं, तो किसी समय आपने देखा होगा कि एक सर्वाधिक दुखदायी हरे से रंग का पदार्थ, बैटरी के सिरों (terminals) के आसपास जमा हो जाता है। समय के साथ, ये उन तारों को खा लेता है, जो बैटरी से खुद कार की तरफ जाते हैं। ठीक वैसे ही, यदि हम स्वयं की उपेक्षा करें, जैसे कि हमने उस बैटरी की उपेक्षा की है, हम पाते हैं कि हमारी अपनी क्षमताएँ, गंभीर रूप से दुर्बल हो जाती हैं और तब हमें बदमिजाजी का नमूना मिलता है। जिसने अपना वैवाहिक जीवन, पूरी तरह, उत्तम आशयों के साथ प्रारंभ किया, कई बार ऐसा होगा, कि वह अपने पति के प्रति, छोटे से उलझे हुए संदेह के कारण, उसे छोड़ देगी! वह इन संदेहों को कहेगी, और इन संदेहों के दुहराने के साथ ही, कई बार, वह ऐसी आदत बना लेगी और तब संभवतः वह इस संबंध में किसी चीज को बिना जाने, वह झगड़ालू गृहणी के रूप में बदल जायेगी, जो इस दुनियाँ के सर्वाधिक दुःखदायी प्राणियों में से एक है। अपने आपको खुशमिजाज रखें तो आपका स्वास्थ्य ठीक रहेगा। इन सनकों के पीछे न जायें क्योंकि एक अच्छी तरह संवारा हुआ व्यक्ति, एक टूटे हुए कंजूस की तुलना में, जो हड्डियों के चटकने के साथ-साथ, अक्सर लगभग लड़खड़ाता रहता है, सदैव ही खुशमिजाज होता है!

ये है "मध्यमार्ग" का मामला! स्पष्ट है कि किसी को, सभी परिस्थितियों में, अपना सबसे अच्छा काम करना चाहिए। ये उतना ही स्पष्ट है कि कोई आदमी, अपने अच्छे प्रयासों से परे (beyonds the best), अपने सबसे अच्छे से अधिक (batter than the best) प्रयास नहीं कर सकता और ये मात्र खोये हुए प्रयास हैं, जो किसी को अनावश्यक रूप से थका देते हैं। चूंकि ये एक उत्पादक केन्द्र के रूप में होगा, इस पर देखें ! हमारे पास एक विद्युत उत्पादन केन्द्र है, जो हमें निश्चित संख्या में लैम्पों के लिए, विद्युत प्रदान कर रहा है। यदि उत्पादक (generator) को इतनी अधिक गति से चलाया जाय, कि उसके उत्पादन से, लगे हुए लैम्पों की आवश्यकताएँ सरलता से पूरी हो जायें, तब उत्पादक, अपनी

क्षमता के अंदर ठीक से काम कर रहा है। परंतु यदि किसी कारण से, उत्पादक को अधिक गति दे दी जाय और उत्पादन, लैम्पों द्वारा अवशोषण किये जाने की आवश्यकता से अधिक हो, तो सारे अतिरिक्त उत्पादन को—व्यर्थ ही—किसी दूसरी तरफ मोड़ दिया जाना चाहिए। ये उत्पादक, जो अनावश्यक रूप से अधिक तेजी के साथ काम कर रहा है, के जीवनकाल को भी खराब करता है।

दूसरी तरफ से, इसको इसप्रकार समझा जा सकता है! आपके पास एक कार है और आप इसके साथ उच्चपथ (highway) पर जाना चाहते हैं, शायद तीस मील प्रति घंटा की गति से (अधिकांश लोग इससे काफी अधिक तेजी से जाना चाहते हैं परंतु समझाने के लिए तीस मील पर्याप्त है। यदि आप एक संवेदनशील चालक हैं, तो आप सबसे ऊँचे गियर में होंगे, जो इंजन को काफी धीमे घुमाते हुए, तीस मील प्रति घंटा की चाल से चलाने के लिए पर्याप्त होगा। इस चाल पर टूट-फूट बहुत ही कम होगी और इंजन, जो अपनी क्षमता के अंदर काम कर रहा है, पर कोई भार नहीं आयेगा परंतु ये मानते हुए कि आप इतने अच्छे चालक नहीं हैं और आप सबसे नीचे के गियर में तीस मील प्रति घंटा की चाल से चल रहे हैं, तो गियरों के कारण, इंजन पॉच या छः गुना तेज चल रहा होगा और शायद, अधिक शक्ति, अधिक प्रयास, जो उच्चतम गियर में सौ मील प्रति घंटा की दर से किये जाने के लिए आवश्यक होता, के कारण इंजन टूट रहा होगा। इसलिए आपको काफी तेज शोर सुनाई देगा, पेट्रोल का भयंकर उपभोग होगा और उसी उद्देश्य को पाने के लिए, जो उच्चतम गियर में आपको मिलता, पॉच या छः गुना रखरखाव झेलना होगा।

तब, मध्यममार्ग का अर्थ है, संवेदनशील मार्ग को अपनाना, किसी विशिष्ट कार्य को पूरा करने के लिए, ठीक उतना ही परिश्रम करना, जितना कि आवश्यक है, परंतु अत्यधिक काम करने के कारण, आपके अपने जीवन, और आपकी ऊर्जा को तोड़ने वाला नहीं। बहुत सारे लोग सोचते हैं कि उन्हें काम करना है, और काम करना है, और काम ही करना है, और किसी लक्ष्य को पाने के लिए वे जितना कड़ा परिश्रम करते हैं, उन्हें उतना ही लाभ मिलता है। इस मामले से आगे कुछ नहीं होगा, किसी को हमेशा—हम इसे अक्सर नहीं दुहरा सकते—उतने ही परिश्रम से कार्य करना चाहिये, जो हाथ में लिए गए कार्य को करने के लिए पर्याप्त हो।

परंतु अब हम मनोरंजन की तरफ वापस चलें। मनोरंजन, जैसाकि हम कह चुके हैं, पुनर्निर्माण है। यदि हम अपने आपको थका लेते हैं, तो इसका अर्थ है कि केवल कुछ निश्चित मांसपेशियों, शरीर के निश्चित क्षेत्र, थक गए हैं। यदि, उदाहरण के लिए, हम अपनी दायीं भुजा को, वजन उठाने के लिए, शायद ईंटों को हटाने के लिए, शायद पुस्तकों को हटाने के लिए, अत्यधिक उठा रहे हैं, तो भुजा थकना शुरू कर देगी, दर्द करना शुरू कर देगी, परंतु हमारी टोंगें, और वैसे ही, हमारे कान और हमारी आँखें भी, अच्छा संगीत सुनने के लिए, या किसी पुस्तक को पढ़ने के लिए, अभी भी ठीक होंगी। इसलिये हम टहलने के लिये जाकर, अच्छा संगीत सुनकर, या अच्छी पुस्तक पढ़कर, स्वयं का “पुनर्निर्माण (re-creation)” करें, ऐसा करने में, हम दूसरी नसों का और दूसरी मांसपेशियों का उपयोग करेंगे और हम वास्तव में, नोरल (neural) विद्युत के अधिक (surplus) आवेश को, वहाँ से हटाकर, उन मांसपेशियों से हटाकर, जो अधिक तनाव में हैं और जिनको शिथिल होने की आवश्यकता है, दूसरी तरफ उपयोग करेंगे। इसलिए मनोरंजन में, आप अपने आपका, और अपनी क्षमताओं का, पुनः निर्माण करते हैं।

क्या आप, अपने प्रभामंडल को देखने के प्रयासों में, कठोर परिश्रम करते रहे हैं? इथेरिक को देखने के लिए प्रयास? शायद, आप अत्यधिक परिश्रम करते रहे हैं। यदि आपको सफलता, जो आप चाहते थे, नहीं मिली है तो दिल न तोड़ें, निराश न हों, इसमें समय लगता है और बहुत कुछ हद तक, धैर्य और आस्था, परंतु ये किया जा सकता है। आप कुछ, जो आपने पहले नहीं किया, करने की कोशिश कर रहे हैं और आप डॉक्टर, या वकील या महान कलाकार, रातोंरात (overnight) बनने की

उम्मीद नहीं कर सकते, आप ये आशा करेंगे कि यदि आप वकील बनना चाहते हैं तो आपको स्कूल में और उसके बाद हाईस्कूल में, और उसके बाद किसी विश्वविद्यालय में जाना पड़ेगा। इसमें समय लगेगा, इसमें वर्षों लग सकते हैं, और अपने लक्ष्य को पाने के लिए, आपको जागरूक होकर कार्य करना पड़ेगा, प्रतिदिन कई-कई घंटे और शायद, हर रात को भी कई-कई घंटे-क्या? —एक डॉक्टर? —एक वकील? एक शेयर का दलाल? ये इस तरह से पूरा पकता है! आप रातोंरात परिणाम प्राप्त नहीं कर सकते। भारतीय दर्शनशास्त्र की कई बातें यह बताती हैं कि किसी को भी, किसी भी परिस्थिति में, अतीन्द्रिय ज्ञान पाने के लिये दस साल से पहले समय में, अपेक्षा नहीं करनी चाहिए! हम इस दृष्टिकोण का बिल्कुल समर्थन नहीं करते, हम विश्वास करते हैं कि यदि कोई व्यक्ति, अतीन्द्रियज्ञान से देखने के लिए तैयार है, तो वह अतीन्द्रियज्ञान से देख लेगा, परंतु हम इस विचार का समर्थन करते हैं कि, कोई भी, परिणामों को रातोंरात प्राप्त नहीं कर सकता, उसके लिए, जिसे आप पाने जा रहे हैं, आपको परिश्रम करना पड़ेगा, आपको अभ्यास करना पड़ेगा, आपको विश्वास रखना होगा। यदि आप एक डॉक्टर बनने के लिए पढ़ रहे हैं, तो आपको अपने गुरुओं पर विश्वास रखना होगा, खुद में विश्वास रखना होगा, और कक्षा में अपनी पढ़ाई के ऊपर कार्य करना होगा, जब आप कक्षा के बाहर हों तो आप गृहकार्य (home work) करें, फिर भी, डॉक्टर बनने के लिए प्रशिक्षण पाने में वर्षों लगते हैं। जब आप हमारे साथ अध्ययन कर रहे हैं, और प्रभामंडल को देखने का प्रयास कर रहे हैं, तो आप कितने लंबे समय तक अध्ययन कर रहे हैं। एक हफ्ते में दो घंटे? एक हफ्ते में चार घंटे, तथापि ठीक है, आप एक दिन में आठ घंटे नहीं पढ़ रहे हैं और साथ में गृहकार्य भी नहीं कर रहे हैं, इसलिए—धैर्य रखे क्योंकि प्रभामंडल को निश्चितरूप से देखा जा सकता है और यदि आप धैर्य और विश्वास रखेंगे तो ये निश्चितरूप से देखा जायेगा।

वर्षों तक, बहुत अधिक मात्रा में, हमारा पत्राचार, पूरी दुनियाँ से, उन लोगों से भी, जो लौह पर्दे के पीछे थे, हुआ। ऑस्ट्रेलिया में एक नौजवान लड़की है, जिसके पास अतीन्द्रियज्ञान की उल्लेखनीय शक्तियाँ हैं, उसे अपनी क्षमताओं को छिपाकर रखना पड़ा क्योंकि उसके रिश्तेदार सोचते थे कि उसके बारे में कुछ “खास” बात है यदि वह कहती है कि वह जानती है कि, वह क्या सोच रहे हैं अथवा वह उनके स्वास्थ्य की अवस्था के बारे में चर्चा कर सकती है। टोरंटो, कनाडा में एक दूसरी महिला है, जो कुछ हफ्तों के समय में ही ईथरिक को देख सकती है, वह ईथरिक शक्ति को उंगलियों के सिरों से निकलकर बहते देख सकती है और वह सिर के ऊपर हिलते हुए “कमल के फूल” को देख सकती है। उसकी उन्नति काफी उल्लेखनीय है, वह ईथरिक को, लगभग अपनी पूर्णता में देख सकती है, और अब वह प्रभामंडल को भी देखना प्रारंभ कर रही है। वह उन सौभाग्यशालियों में से एक है, जो प्राकृतिक आत्माओं को और फूलों के प्रभामंडल को देख सकते हैं। एक कलाकार के रूप में वह, फूलों का, उनके आस-पास के प्रभामंडल के साथ, चित्रण करने में सफल हुई।

आपको ये दिखाने के लिए कि अतीन्द्रिय शक्तियाँ किसी स्थान विशेष तक सीमित नहीं हैं, परंतु पूरे विश्व के लिये, सार्वभौमिक हैं, हम योगोस्लाविया से एक अत्यंत प्रखर महिला के पत्र का उल्लेख कर रहे हैं। हमने इस महिला को लिखा और उसे बताया कि हम उसके अनुभवों में से कुछ चीजों को इस पाठ्यक्रम में जोड़ना चाहेंगे, और उसने हमको इसकी आज्ञा देते हुए, इसमें से उद्धरण देने के लिए अनुमति दे दी। उसने जो लिखा, वह यहाँ दिया गया है। हमने लोगों को समझने में थोड़ा आसान बनाने के लिये अंग्रेजी को थोड़ा-सा बदला है। वह यहाँ है :-

“दुनियाँ के दूसरे भागों में स्थित सबसे प्रिय मित्रों! हम वास्तव में, ऐसे समय में रहते हैं, जो हमसे दिन प्रतिदिन पृथक्ता है, होना या नहीं होना। बिल्ली की तरह से, चूल्हे के पीछे बैठ जाने का समय समाप्त हो चुका है। जीवन वैसा है, जैसे शाश्वतता हमारे सामने हों या ना के प्रश्न प्रस्तुत करती है ? हों या ना से हमारा क्या तात्पर्य है ? हमारा आशय है, क्या हम अपनी आत्मा को भूखा मार डालेंगे

और अपने शरीर को बीमार करेंगे या आत्मा का पोषण करेंगे और अपने शरीर को स्वस्थ, सुंदर और सामंजस्य में बनाकर रखेंगे। मैं हमेशा आत्मा, कुछ ऐसी चीज, जिसे हम देख नहीं सकते, जिसे कोई शल्य चिकित्सक काटकर बाहर नहीं निकाल सकता और उसे तश्तरी में रखकर भेंट नहीं कर सकता, की ही बात क्यों करती हूँ? प्रियतम मित्रों, चाहे आप आत्मा के अस्तित्व में विश्वास करें अथवा नहीं, आत्मा यहाँ है! कृपया, क्या आपके पास समय, एक क्षण, निकालने के लिए है? सिनेमा की तरफ न जाएँ और न ही फुटबाल के मैच की तरफ और न ही बाजार की तरफ और न ही मोटरकार की तरफ, क्षण भर के लिए सुनें क्योंकि, वास्तव में यह, अत्यंत महत्वपूर्ण मामला है।

“अपनी पृथ्वी के पश्चिमी भाग में, हमारे पास बहुत अधिक लोग नहीं हैं, जो इस तथाकथित अदृश्यलोक को देख सकें, जो लोगों के प्रभामण्डलों, जिसका अर्थ है छाया अथवा प्रकाश, को देख सकें, यदि वहाँ कोई प्रकाश अथवा शरीर के आसपास, और विशेषरूप से किसी आदमी के सिर के आसपास, पृथ्वी से बहुत बंधी हुई आत्मा है। आत्मा शाश्वत है, हमारा विकृत न होने वाला अंश, ये हमारा उच्चतर शरीर है और इसके बिना हमारा अस्तित्व नहीं हो सकता था। मुझे अपने प्रारंभिक दिनों से ही प्रभामण्डलों को देखने का उपहार मिला हुआ है।

“जब मैं एक छोटी बच्ची थी तो मैं सोचती थी, जो मैं देख सकती हूँ उसे सभी लोग देख सकते होंगे। बाद में, जब मुझे उन्होंने झूठा कहा या पागल घोषित किया, तो मैं समझी कि दूसरे लोग वह, जिसे मैं देख सकती हूँ, उसे नहीं देख सकते। मुझे उस उस तरीके को बताने दें, जिस पर मैं चलती हूँ।

“क्या आपने कभी, पेड़ों की लकड़ी पर, उसके अन्दरूनी भाग की रेखाओं पर, ध्यान दिया है? ये उन वर्षों को, जिनमें पेड़ जीवित रहा है, इंगित करती हैं, आप अपौष्टिक (फलहीन) वर्षों और फलयुक्त वर्षों के बारे में बता सकते हैं। कोई भी चीज बिना चिन्ह के नहीं रहती। कुछ नहीं। एकबार, मैं एक पुराने चर्च के सामने खड़ी हो गई और मैंने वह देखा, जो दुनियाँ के दूसरे लोग नहीं देख सकते। इमारत के आसपास एक सुन्दर प्रकाश था, इस प्रकाश के आसपास, भवन की आकृति का अनुगमन करती हुई महीन रेखाएँ थीं, जैसी कि लकड़ी में होती हैं। मैंने रेखाओं को देखा और लोगों को उसके बारे में बताया। वास्तव में, हरेक शताब्दी के लिए एक रेखा थी। ये जागरेब (Zagreb), जो क्रोशिया (Croatia) की राजधानी है, के समीप रिमेट (Remete) का एक पुराना चर्च था। उस समय से मैं भवनों के आसपास, रेखाओं को बताने में, और ये कहने में सक्षम हुई कि वे कितने पुराने थे। एक बार एक मित्र में मुझसे पूछा “ये मठिया (chapel) कितनी पुरानी है?” “मुझे कुछ दिखाई नहीं दिया, मैंने उत्तर दिया, अभीतक इसके आसपास एक भी लाइन नहीं है, केवल एक रोशनी है।” “ठीक है,” उसने कहा, “ये चेपल अभी सौ साल का भी पुराना नहीं हुआ है।”

“आप देखें, एक इमारत की भी अपनी ‘आत्मा’ होती है, कितने समय से वह जीवित है। मैं लकड़ी, पेड़ों और घास के मैदानों, और फूलों का प्रभामण्डल देख सकती हूँ, विशेषरूप से सूर्यास्त के बाद। ये हल्की सी परन्तु चमकदार रोशनी, सभी जीवित प्राणियों की आत्मा होती है, आपके कुत्ते के पास, वैसे ही आपकी बिल्ली के आसपास।

“क्या आप एक छोटी चिड़िया को देखते हैं, जो वहाँ शाम का गाना गा रही है? उस छोटी सी चिड़िया के पीछे, प्रकाश के फुब्बारे कैसे हैं, ये आत्मा प्रसन्नता के साथ फड़फड़ा रही है? परन्तु उस छोटी चिड़िया को भी, एक लड़का आता है और उसे गोली मार कर नीचे गिरा देता है। छोटा सा प्रभामण्डल, अभी भी एक क्षण के लिये, लपलपाता है और तब गायब हो जाता है? ये प्रकृति की एक चीख के रूप में थी। मैंने इसे देखा, मैंने इसे महसूस किया, और मैंने इसके संबंध में बात की, और उन्होंने मुझे मूर्ख कहा।

“जब मैं 18 वर्ष की थी, एक दिन दर्पण के सामने खड़ी हुई। उस समय रात गिरने लगी थी

और मैं बिस्तर में जाने की तैयारी कर रही थी। कमरा लगभग अंधेरा था, मैं लम्बे, सफेद, रात के झंगे (night gown) में थी। सभी अचानक, मैंने दर्पण में एक रोशनी देखी, इसने मुझे आकर्षित किया, मैंने ऊपर देखा, मैंने अपने आसपास पहले नीली और तब एक सुनहरे रंग की ज्वाला देखी। प्रभामण्डल के बारे में कुछ नहीं जानते हुए, मैं डर गई और मैं चीखती हुई, दौड़ती हुई अपने माता-पिता के पास भागी, "मैं जल रही हूँ।" इसने मुझे बिल्कुल भी परेशान नहीं किया, परन्तु ये क्या था? वे मेरे संबंध में धक से रह गये और तब रोशनी जलाई और उन्होंने इस अवधि में कुछ भी नहीं देखा। परन्तु उन्होंने रोशनी बुझाई, और उन्होंने मुझे सजीव सुनहरी ज्वालाओं के बीच देखा। मेरी नौकरानी अन्दर आयी और डर से चीख पड़ी। वह मुझी और भाग गई। तब मुझे, जो मैंने दूसरे प्राणियों पर भी देखा था, याद आया परन्तु, ये मानोकि, उससे थोड़ा अलग तरह का था, जो कि मैंने अपने ऊपर देखा। अब मैं वास्तव में, डर गई, मेरे पिताजी ने रोशनी बुझाई और जलाई, फिर बुझा दी, फिर जला दी और ये हमेशा वैसा ही रहा—जब रोशनी बुझी हुई थी तो मैं सुनहरे प्रकाश से चमक रही थी, जब कमरे के रोशनी जली हुई थी तो ये चमक, स्पष्टरूप से नहीं देखी जा सकती थी।

"जब मैंने अनुभव किया कि इससे मुझे किसी तरह से कोई नुकसान नहीं हो रहा है, मैंने इस सबको दिलचस्प पाया, और तब से, मैंने दूसरे लोगों के प्रभामण्डल को देखने में अत्यधिक रुचि लेना शुरू किया।"

"क्या आप जानते हैं कि भय का क्या अर्थ है? युद्ध के समय, जब लड़ाकू बमवर्षक विमान हमारे ऊपर से गुजर जाते और बम हमारे नीचे गिरते, अपने साथी लोगों के प्रभामण्डल को देखते हुए, मैं अक्सर बहुत अधिक डरी हुई रहती। एकबार, जब मैं नाजी राज्य के अन्तर्गत जेल में थी। मैं मृत्यु के लिए निरस्त किये हुए (condemned), एक प्रकोष्ठ में थी। मुझे प्रताड़ना प्रकोष्ठों में ले जाया गया, क्योंकि मेरे पास कुछ सूचनाएँ थीं, जिन्हें मेरे रक्षक चाहते थे। मैंने दूसरे लोगों, जिनको प्रताड़नाएँ दीं जा रहीं थीं, के प्रभामण्डलों को देखा, ये भयानक था, शरीर के पास इतना तंग, इतना हल्का और बिना किसी वास्तविक प्रकाश के, लगभग गायब होता हुआ, लगभग मरता हुआ, और उससे भी ज्यादा खराब, जब मैंने मरते हुए लोगों की प्रताड़ना की पीड़ा की चीखें सुनी, प्रभामण्डल, खुद ब खुद, हिलने लगा। मेरे अन्दर कुछ चीज उठी, तथापि, एक पवित्र शक्ति जैसी कुछ चीज। क्या ऐसा पवित्र धार्मिक ग्रंथों में नहीं लिखा था "केवल उन लोगों से डरो, जो आत्मा का हनन करते हैं, उन लोगों से नहीं, जो केवल शरीर की हत्या करते हैं" ? मैंने ध्यान केन्द्रित करना, और दूसरों लोगों को प्रसन्न करने का प्रयास करना शुरू किया, मैंने अपने आप को और अधिक स्वस्थ महसूस किया। इस काम में एक दूसरी औरत ने मेरी सहायता की, और अंत में, उन मृत्यु के लिये तय किये गये बंदियों के प्रकोष्ठों में से प्रसन्नता की आवाजें आनी लगीं, हम सब गाने लगीं, मैं पूरे सवाल-जबाबों से और पूरे लम्बे घण्टों तक गुजरी, और सभी कष्टों में, मैं हानि से बची रही क्योंकि, मैंने शाश्वतता के ऊपर ध्यान केन्द्रित किया, मैंने वास्तविक जीवन के ऊपर, इस डरावने सपने के बाद, ध्यान केन्द्रित किया। प्रताड़नाएँ मेरा कुछ नहीं कर सकीं, और अंत में, गुस्सा होकर, उन्होंने मुझे जेल के बाहर फेंक दिया क्योंकि मैं उन्हें हतोत्साहित कर रही थी।

"यदि मैंने भय को, आंतक को, स्थान दिया होता—उत्पीड़न के शिकार—मैं और मेरे सोलह साथी, मारे गये होते।

"पश्चिम के हम लोग, हम यूरोपीय लोगों को, सुदूर पूर्व (far east) के लोगों से काफी कुछ सीखना है। हमको अपनी कल्पनाओं को जीतना और भयों से पार पाना सीखना है।

"मैं जैसा इसको देखती हूँ, पश्चिमी लोगों का प्रभामण्डल काफी कंपकंपाता है, वे कभी शांत नहीं रहते, वे भूलेभटके ही कभी सामंजस्य में होते हैं, और हमारा अव्यवस्थित प्रभामण्डल, दूसरे प्रभामण्डलों को दूषित करता है और एक महामारी की तरह बन जाता है। जबतक कि लोगों के

प्रभामण्डल दूषित नहीं होते, और हिटलर के प्रभामण्डल से प्रभावित नहीं हुए होते, हिटलर अपने उत्तेजक भाषणों से सफल नहीं हो सकता था। हिटलर केवल इसलिये सफल हो सका क्योंकि, उसको सुनने वाले, अपनी खुद की कल्पनाओं के ऊपर नियंत्रण नहीं रख सके।

“क्या आप थक गये? क्या आप थोड़ा अधिक सुनना चाहेंगे? हम सबसे गरीब व्यक्ति की तरफ चलें, पागलों की तरफ, हम जागरेब के पागलखाने में चलें। काफी दिनों पहले, प्रभामण्डलों को देखते समय, मैंने वहाँ एक लोहे के तार के माध्यम से अध्ययन किया। परन्तु ये सबसे खराब प्रकरण नहीं थे: मेरे एक मित्र ने, मुझे वरिष्ठ चिकित्सक, एक अत्यधिक शंकालु व्यक्ति, से मिलवाया। मैंने उसे कहा कि मैं उसके मरीजों के प्रभामण्डल देखना चाहती हूँ। उसने मुझे ऐसा देखा कि मानो कि मैं पागल के रूप में बांधकर, बंद कर देने के लायक हूँ। तब अंत में उसने निश्चय किया कि वह मुझे कुछ रोगियों को देखने देगा। अंत में, सेवक वास्तव में बहुत-बहुत बीमार, एक औरत को लाये, वह भयानक दिखने वाली औरत थी, उसकी आँखे घूमी और उसने अपने दाँत आपस में पीसे, और उसके बाल, दैत्यों की ज्वाला की भाँति, उसके सिर के ऊपर खड़े हो गये। ये वास्तव में, बहुत भयानक दृश्य था। परन्तु, जो मैंने अदृश्यलोक में देखा, उसकी तुलना में ये कुछ नहीं था। मैंने उस औरत की आत्मा को, एक काली छाया के साथ, जो उसके शरीर में घुसने का प्रयास कर रही थी, जो उसके आसपास मंडरा रही थी और असामंजस्य में थी, उसके शरीर से बाहर, कठोर संघर्ष करते हुए देखा। अंत में औरत को ले जाया गया और मैंने डॉक्टर को बताया कि वह औरत ठीक नहीं हो सकती क्योंकि, वास्तव में, वह प्रेतों के कब्जे की शिकार थी।”

इसलिये हम इस विशेष पाठ को, इस टिप्पणी के साथ समाप्त करेंगे कि यूगोस्लाविया की इस अत्यन्त प्रतिभावान महिला ने जो देखा है, आप भी अभ्यास के साथ, धीरज और आशा के साथ देख सकते हैं। ध्यान रखें—रोम एक दिन में नहीं बना था, हथेली पर सरसों नहीं जमती, और डॉक्टर या वकील, रातोंरात नहीं बन जाते। सफल होने के लिए उन्हें अध्ययन करना पड़ता है, इसलिये आपको भी करना पड़ेगा; यहाँ कोई सरल, पीड़ारहित रास्ता नहीं है।

पाठ उन्नीस

हमने समय समय पर, आकाशीय अभिलेख का उल्लेख किया है और अब हम, इस अत्यन्त मोहित करने वाले विषय पर चर्चा करेंगे, क्योंकि आकाशीय अभिलेख, कुछ वह चीज है, जो प्रत्येक मनुष्य से और प्रत्येक प्राणी से, जो कभी भी जिन्दा रहा है, संबंधित है। आकाशीय अभिलेख के साथ, हम इतिहास में पीछे यात्रा कर सकते हैं, हम वह सब देख सकते हैं, जो न केवल इस लोक में, बल्कि दूसरे लोकों में भी कभी घटित हुआ था, क्योंकि वैज्ञानिक अब ये महसूस करने लगे हैं कि उसे, जिसे गूढ़विज्ञानी हमेशा से जानते रहे हैं, कि दूसरे लोक भी दूसरे व्यक्तियों के द्वारा भरे हुए हैं, आवश्यक रूप से मनुष्य नहीं परन्तु इसके बावजूद भी सजीव प्राणी।

इससे पहले कि हम आकाशीय अभिलेख के बारे में कुछ कह सकें, हमें ऊर्जा अथवा पदार्थ की प्रकृति के विषय में कुछ जानना है। तरंगों, विद्युत तरंगों अविनाशी होती हैं। वैज्ञानिकों ने हाल में पाया कि यदि तांबे के किसी तार में, जिसका तापक्रम परम शून्य के उतना निकट, जितना कि संभव हो सकता है, विद्युत धारा प्रेरित की जाती है, तो प्रेरित धारा चलती जाती है और चलती जाती है, और कभी घटती नहीं¹⁹। हम सभी जानते हैं कि सामान्य तापक्रम पर धारा शीघ्र ही समाप्त हो गई होती और विभिन्न प्रतिरोधों के कारण मर जाती। इसलिये—विज्ञान को एक नया माध्यम मिल गया है; विज्ञान ने पाया है कि यदि तांबे के किसी चालक को, तापक्रम में काफी नीचे घटा दिया जाए, तो विद्युत प्रवाह निरन्तर जारी रहता है और बिना किसी बाहरी ऊर्जा के, उतना ही बना रहता है। अगले समय में वैज्ञानिक ये खोज लेंगे कि आदमियों की दूसरी इन्द्रियों भी होती हैं, दूसरी भी योग्यताएँ होती है, परन्तु ये अभी तक नहीं खोजा सका क्योंकि, वैज्ञानिक धीमे-धीमे आगे बढ़ते हैं और हमेशा सुनिश्चितता के साथ नहीं चलते!

हमने कहा कि तरंगों अविनाशी हैं। हम अपनी प्रकाश तरंगों के व्यवहार को देखें। ब्रह्माण्ड के काफी दूर के ग्रहों से प्रकाश हम तक पहुँचता है। इस पृथ्वी पर बड़े बड़े दूरदर्शक, अंतरिक्ष में जाँच कर रहे हैं, दूसरे शब्दों में, वे काफी मात्रा में दूर स्थित स्थानों में से आने वाले प्रकाशों को इकट्ठा कर रहे हैं। ग्रहों में से कुछ, जिनसे हम वह प्रकाश प्राप्त करते हैं, जो इस पृथ्वी के जन्म से भी काफी पहले, जब ब्रह्माण्ड अस्तित्व में आया था, भेजा गया था। प्रकाश वास्तव में, बहुत तेज चाल से चलने वाली चीज है, प्रकाश का वेग इतना अधिक है कि हम इस सम्बंध में मुश्किल से ही सोच पाते हैं परन्तु, ऐसा इसलिये है क्योंकि हम मानव शरीरों में हैं और विभिन्न प्रकार की भौतिक सीमाओं में बुरी तरह फंसे हुए हैं, प्रकाश का वेग, जिसे हम "तेज" होना समझते हैं, ये अस्तित्व के विभिन्न लोकों के लिए भिन्न भिन्न है। उदाहरण के माध्यम से हम कहें कि, मनुष्य के लिए, अस्तित्व का एक चक्र बहात्तर हजार वर्षों का होता है, उस चक्र में आदमी, विभिन्न लोकों के लिए, विभिन्न शरीरों में, फिर आता है और फिर आता है। तब बहात्तर हजार वर्षों का समय, हमारे लिए स्कूल के एक "सत्र (term)" के समान है।

जब हम रेडियो या विद्युत तरंगों या दूसरी तरंगों के बदले में, "प्रकाश" का संदर्भ देते हैं, हम ऐसा मात्र इसलिये करते हैं क्योंकि (दृश्य होने के कारण) प्रकाश को बिना किसी उपकरण के देखा जा सकता है, जबकि एक रेडियो तरंग को नहीं। हम सूर्य के प्रकाश को, चन्द्रमा के प्रकाश को, देख सकते हैं, और यदि हमारे पास एक अच्छा दूरदर्शक या अत्यन्त शक्तिशाली द्विनेत्री (binoculars)

19अनुवादक की टिप्पणी : इस घटना को अतिचालकता (super conductivity) कहते हैं। इसमें परम शून्य ताप के आसपास, धातुओं का प्रतिरोध लगभग शून्य तक घट जाता है। ऐसी स्थिति में यदि परिपथ में एकबार धारा प्रारम्भ हो जाय, तो वह अनेक वर्षों तक जारी बनी रहती है। सन् 1911 में, आरम्भ में, डच वैज्ञानिक एच के ओन्स (H.K. Onnes) के द्वारा इसे पारा धातु में, अति निम्न तापों पर खोजा गया था परन्तु, आजकल यह घटना सामान्य ताप पर भी होती हुई देखी जाती है। प्रथम प्रकार (Type i) के अतिचालकों में धातु और द्वितीय प्रकार (Type ii) के अतिचालकों में मिश्रधातु सम्मिलित होते हैं, जिनमें अतिचालकता सामान्य ताप पर भी देखी जाती है।

का एक जोड़ा हो तो हम अत्यन्त दूर के तारों के प्रकाश को भी देख सकते हैं, जो उसके भी पहले, तब बाहर आना शुरू हुआ, जब पृथ्वी अंतरिक्ष में तैरते हुए हाइड्रोजन के अणुओं का बादल थी।

प्रकाश को समय अथवा दूरी के नाप के रूप में भी उपयोग में लाया जाता है। नक्षत्र विज्ञानी (Astronomers) इसे "प्रकाशवर्ष (light year)" कहते हैं और हम आपको यह कहने जा रहे हैं कि बहुत दूर से आने वाले विश्वों से आने वाला प्रकाश, हो सकता है कि अभी भी यात्रा कर रहा हो, (अर्थात् अभी हम तक नहीं पहुँच पाया हो) जबकि वे ग्रह समाप्त हो चुके हों। इससे यह स्पष्ट है कि हम किसी ऐसी चीज, जो वर्षों पहले समाप्त हो गई, जो अब वहाँ मौजूद नहीं है, का एक चित्र पायेंगे। यदि आप पायें कि इसे समझना मुश्किल है, तो इसे इसप्रकार देखें; काफी दूर पर एक तारा है, जो अंतरिक्ष में दृढ़ किले के रूप में स्थित है। वर्षों के लिए, शताब्दियों के लिए, ये तारा पृथ्वी पर अपने प्रकाश को परावर्तित करता रहा है। प्रकाश की तरंगें, पृथ्वी तक पहुँचने में, एक हजार, दस हजार या एक लाख वर्ष भी, लगा सकती हैं, क्योंकि कोई तारा, प्रकाश का स्रोत, इतनी अधिक दूरी पर है। एक दिन वह तारा, दूसरे तारे के साथ टकरा जाता है, तब वहाँ प्रकाश का एक बहुत बड़ी चमक हो सकती है या वह समाप्त हो जाएगा। अपने उद्देश्य के लिए, हम कहें कि वहाँ पूरी तरह नामोनिशान मिट गया। इसलिये प्रकाश समाप्त हो गया, परन्तु प्रकाश मिटने के एक हजार या दस हजार या दस लाख वर्षों के बाद, प्रकाश अभी भी हम तक पहुँचता है क्योंकि यह, प्रकाश के मूल स्रोत और पृथ्वी के बीच की दूरी तय करने में पूरा समय ले लेता है। इसप्रकार हम तब भी प्रकाश देखते रहेंगे, जबकि वह तारा, वास्तव में, मर चुका है।

हम, किसी ऐसी चीज की कल्पना करें, जो, यदि हम भौतिकशरीर में हैं, तो पूरी तरह से असंभव है, परन्तु जब कोई शरीर के बाहर हो, वही काफी सरल और सामान्य बात है। हम कल्पना करें कि हम विचारों से भी अधिक तेज गति से यात्रा कर सकते हैं। हमें विचारों से अधिक तेज गति से यात्रा करने की आवश्यकता है क्योंकि, विचारों की एक निश्चित गति होती है, जिसे कोई डॉक्टर आपको बता सकता है। वास्तव में, यह ज्ञात है कि कोई व्यक्ति, किसी स्थिति में, कितनी देर में प्रतिक्रिया करता है, कितनी जल्दी या कितना धीमे, कोई व्यक्ति अपनी कार के ब्रेक लगा सकता है, या झटके से, अपने पहिये को एक तरफ कर सकता है। ये पता है कि, कितनी तेजी से विचार आवेग, सिर से पैर तक चलते हैं। हम, इस चर्चा के उद्देश्य के लिए, तुरन्त यात्रा करना चाहते हैं। हम कल्पना करें कि हम क्षण भर में एक ग्रह पर पहुँच सकते हैं, जो उस प्रकाश को प्राप्त कर रहा है, जो पृथ्वी से तीन हजार वर्ष पहले निकाला गया था। इसप्रकार हम दूरस्थ ग्रह पर, उस प्रकाश को प्राप्त कर रहे होंगे, जो पृथ्वी से तीन हजार वर्ष पहले भेजा गया था। ये मानते हुए कि हमारे पास कल्पनातीत प्रकार का एक दूरदर्शक है, जिसके साथ हम पृथ्वी की सतह को देख सकते हैं, या अपने पास पहुँचने वाली प्रकाश की किरणों का शब्दों में वर्णन कर सकते हैं, तब ये तीन हजार वर्ष पहले भेजा गया प्रकाश, हमें उस समय में होने वाले दृश्यों को दिखाएगा। हम उस जीवन को, जो प्राचीन मिस्त्र में था, देख सकेंगे, हम उस बर्बर पश्चिमी दुनियाँ को, जहाँ लोग नीले रंग के कपड़ों में ढके हुए थे अथवा चीन में, हम काफी विकसित सभ्यता को—एकदम वर्तमान समय से एकदम अलग, देख सकेंगे।

यदि हम तत्काल ही, पास में यात्रा कर सकें तो हम एकदम भिन्न चित्रों को देख सकेंगे। हम ऐसे ग्रह पर चलें, जो पृथ्वी से इतनी दूरी पर है कि प्रकाश को, उस ग्रह और पृथ्वी के बीच यात्रा करने में, एक हजार वर्ष लगते हैं। तब हम पृथ्वी के उन दृश्यों को देख सकेंगे, जो यहाँ एक हजार वर्ष पहले हुए थे। हम भारत की महान सभ्यता को देख सकेंगे, हम पश्चिमी विश्व की ईसाइयत को पूरे विश्व में फैलता हुआ और शायद, दक्षिणी अमेरिका के आक्रमणों में से कुछ को देख सकेंगे। विश्व, वर्तमान स्थिति से कुछ दूसरी तरह का, दिखाई देगा क्योंकि, महासागरों की सीमा रेखा, हर समय बदलती रहती है। जमीन, समुद्र से ऊपर उठती है, समुद्रतट मिट जाते हैं। अपने (छोटे से) जीवनकाल

में, अत्यन्त बड़े परिवर्तन होते नहीं दिखाई देते, परन्तु एक हजार वर्ष, हमको यह देखने और आये हुए परिवर्तन के ऊपर अंचभित होने और उसकी प्रशंसा करने का अवसर देंगे।

वर्तमान में हम एक ऐसे विश्व में हैं, जिसमें सर्वाधिक उल्लेखनीय परिसीमाएँ (limitations) हैं, हम प्रभावों को, उनकी अत्यन्त सीमित आवृत्तियों के परास में, प्राप्त करने और समझने में सक्षम हैं। यदि हम अपने "शरीर के बाहर" की क्षमताओं में से कुछ को, पूर्णरूप से देख सकें, जैसा कि हम सूक्ष्मलोक में देखते हैं, हम देखेंगे कि दूसरे प्रकाश में, चीजें दूसरी तरह की हैं, हम उस सभी पदार्थ में झांक सकेंगे जो वास्तव में, अविनाशी है, प्रत्येक अनुभव, जो कभी विश्व में हुआ था, अभी भी, विकरणों को तरंगों के रूप में बाहर भेज रहा है। हम, विशेष क्षमताओं के साथ, इन तरंगों को, ठीक वैसे ही जैसे कि हम प्रकाश की तरंगों को रोक लेते हैं, बीच में रोक सकते हैं। अपने एक साधारण स्लाइड प्रोजेक्टर (slide projector) के ऊपर, इसका एक सरल उदाहरण लें। एक अंधेरे कमरे में, अपने स्लाइड प्रोजेक्टर को चालू करें और उसमें एक स्लाइड को उचित स्थान पर लगायें। प्रोजेक्टर के लेंस के सामने उससे एक निश्चित दूरी पर, यदि आप एक पर्दा रखें—प्राथमिकता के लिए एक सफेद पर्दा, और अपने प्रकाश को पर्दे पर फोकसित करें, आप एक चित्र देखते हैं। परन्तु, यदि आपका प्रोजेक्टर, खिड़की में से और उसके परे अंधकार में, चित्र को प्रक्षेपित कर रहा है, आप केवल प्रकाश की एक हल्की सी किरण देखते हैं, जिसमें कोई चित्र नहीं होता। इसका अर्थ है कि इससे पहले कि उसे पूरी तरह देखा और सराहा जा सके, प्रकाश को बीच में रोका जाना चाहिए, किसी चीज से परावर्तित किया जाना चाहिए। एक खोजबत्ती (search light) को एक साफ और बादलरहित रात में देखें; आपको एक धुंधली सी प्रकाश की नक्काशी दिखाई देगी, परन्तु केवल तभी, जबकि खोजबत्ती, किसी बादल पर या किसी हवाई जहाज पर पड़ती है, तो आप उसे जैसा का तैसा देख सकते हैं।

एक चीज, जिसे "समय यात्रा (time travel) कहते हैं, पर जाना, बहुत लम्बे समय से, मनुष्य का सपना रहा है। जबकि कोई एक पृथ्वी पर, अपने मांस के शरीर में हो, स्पष्टरूप से, ये कल्पनाशील विचार हैं, क्योंकि यहाँ हम, काफी दुखी होकर, मांस में सीमित हैं, हमारे शरीर, अधिकांशतः अपूर्ण उपकरण हैं, और चूँकि हम यहाँ, सीखने के लिए हैं, हम ने अपने अन्दर काफी संदेह, काफी अनिर्णय, रोप लिया है, और इससे पहले कि हमको समझाया जा सके, हमको "प्रमाण" और ये देखने के लिये कि ये कैसे काम करती हैं, चीजों को खींचतान कर, उसको टुकड़ों में तोड़ देने की और ये निश्चित करने की, कि यह फिर काम नहीं करे, योग्यता चाहिये। जब हम पृथ्वी के परे सूक्ष्मलोक में, या सूक्ष्म लोक के भी परे, चले जाते हैं, समय यात्रा उतनी ही आसान है, जितना कि पृथ्वी पर, सिनेमाघर या नाटकघर को जाना।

तब, आकाशीय अभिलेख, कम्पनों का एक स्वरूप है, आवश्यकरूप से प्रकाश के कम्पन्न नहीं, क्योंकि ये अपने आप में ध्वनि को भी समाहित करता है। ये कम्पनों का वह प्रकार है, जिसके लिए पृथ्वी पर कोई शब्द नहीं है, जो इसका वर्णन कर सके। सबसे अधिक समीपवर्ती शब्द, जो ऐसा कर सकता है, वह रेडियो तरंगों के समान है। हम अपने आसपास, सभी समयों में, रेडियो तरंगों को विश्व के दूसरे भागों से आते हुए देखते हैं; इनमें से हर एक, विभिन्न भाषाओं में, विभिन्न संगीतों को, विभिन्न समयों में, अलग-अलग तरह के कार्यक्रम लाती हैं। ये संभव है कि तरंगें, विश्व के एक भाग से आ रही हों, जिनमें कोई कार्यक्रम हो, जो हमारे लिये कल प्रसारित किये जाने वाला हो। ये सारी तरंगें, लगातार हमारी तरफ आ रही हैं, परन्तु हम उनसे बेखबर हैं और जबतक कि हम कोई मशीनी युक्ति, जिसे हम

रेडियोसेट कहते हैं, नहीं लगा लेते, वे सुनाई नहीं दे सकतीं और हमारे लिए, समझने योग्य नहीं होतीं। यहाँ हम एक मशीनी या विद्युतीय युक्ति के साथ, हम रेडियो तरंगों की आवृत्ति को घटा देते हैं और उन्हें श्रव्यतरंगों (audible waves) की आवृत्ति में बदल देते हैं²⁰। ठीक वैसे ही, यदि पृथ्वी पर, हम आकाशीय अभिलेखों की तरंगों को धीमा कर सके होते, हम निस्संदेह रूप से, ऐतिहासिक दृश्यों को दूरदर्शन के पर्दों पर देख पाते और तब इतिहासवेत्ताओं को एक झटका लगता, जब वे देखते कि पुस्तकों में छपा हुआ इतिहास, पूरी तरह से गलत है!

आकाशीय अभिलेख, अविनाशी कम्पन होते हैं, जो मानवीय ज्ञान का पूरा लेखा-जोखा होते हैं जो उस विश्व से, लगभग उसी तरीके से, जैसे कि रेडियो कार्यक्रम को प्रसारित किया जाता है, उत्सर्जित होते हैं। ये चलता चला जाता है। हर चीज, जो इस पृथ्वी पर हो चुकी है, अभी भी कम्पनों के रूप में अस्तित्व में है। जब हम शरीर के बाहर आते हैं, तो हम इन तरंगों को समझने के लिए, किसी विशेष युक्ति का उपयोग नहीं करते; हम इनको धीमा करने के लिए कोई चीज प्रयोग नहीं करते, बदले में, अपने शरीर में से बाहर आने के लिए, अपने खुद के तरंग संग्राहकों को गति बढ़ा देते हैं ताकि, अभ्यास के साथ, प्रशिक्षण के साथ, हम वह प्राप्त कर सकें, जिसको हम आकाशीय अभिलेख कहते हैं।

हम प्रकाश से आगे निकल जाने की इस समस्या पर वापिस चलें। यदि हम एक क्षण के लिए प्रकाश को भूल जाएँ, और बदले में ध्वनि के ऊपर बात करें, ये आसान होगा, क्योंकि ध्वनि धीमी होती है और हमें परिणाम पाने के लिए, बड़ी-बड़ी दूरियों तक नहीं जाना पड़ता। ये मानते हुए कि आप खुले में खड़े हुए हैं और आप बहुत तेज चलने वाले किसी (सुपरसोनिक) जेट विमान की आवाज सुनते हैं। आप आवाज सुनते हैं परन्तु जहाँ से आवाज आती हुई लगती है, उस बिन्दु पर उसको देखना निरर्थक होगा क्योंकि जेट विमान, ध्वनि से अधिक तेजी से जा रहा है, और इसप्रकार यह ध्वनि के आगे ही होगा। द्वितीय विश्वयुद्ध में, इंग्लैण्ड में विनाश करने के लिए, गुलाम बनाये हुए यूरोप से, बड़े रॉकेट भेजे गये थे। रॉकेट, घरों को तोड़ते हुए और लोगों को मारते हुए, घरों पर टकरा गए। पहली चेतावनी, जो लोगों को मिली कि रॉकेट आसपास हैं, विस्फोट का शोर और गिरते हुए पत्थरों की आवाजें और घायलों की पुकारें थी। बाद में, जब धूल धीमे-धीमे बैठ रही थी, रॉकेट के पहुँचने की आवाज आयी। ये अत्यन्त विस्मयकारी अनुभव, इस तथ्य से पैदा हुआ कि, रॉकेट, ध्वनि जो उन्होंने पैदा की, की तुलना में इतना अधिक तेजी से चल रहे थे। ऐसा इसलिये था कि रॉकेट, ध्वनि के पहुँचने के पहले, ये सब विनाश कर सके।

आकाशीय अभिलेख में, हर चीज की, जो इस पृथ्वी पर हुई, पूरी जानकारी होती है। दूसरे लोकों के, उनके अपने खुद के आकाशीय अभिलेख होते हैं, ठीक वैसे ही, जैसे कि कोई देश, अपने वीडियो कार्यक्रम बाहर भेजता है। जो लोग ये जानते हैं कि, मात्र केवल खुद के नहीं, वल्कि किसी भी लोक के आकाशीय अभिलेख के साथ किस प्रकार मिलान किया जाए, वे इतिहास की घटनाओं को देख

²⁰अनुवादक की टिप्पणी : लेखक यहाँ अपनी बात को स्पष्ट नहीं कर सका है। वास्तव में, दृश्य अथवा ध्वनि के सिग्नल, माध्यम के द्वारा प्रकीर्णित एवं अवरुद्ध कर लिये जाने के कारण, अधिक दूरी नहीं तय कर पाते। रेडियो अथवा टेलीविजन प्रसारण में, प्रसारण से पूर्व, दृश्य अथवा श्रव्य सिग्नल को, उच्च आवृत्ति की संवाहक तरंगों (carrier waves) पर सवार कराया जाता है। इस प्रक्रिया को माडुलन (modulation) कहते हैं। ये माडुलित तरंगें (modulated waves), बिना अवरुद्ध हुए, लम्बी दूरियों तय कर सकती हैं। बाद में, वांछित प्राप्ति स्थान पर, रेडियो अथवा टेलीविजन सेटों में, दृश्य अथवा श्रव्य सिग्नल को, संवाहक तरंगों से अलग कर देने के बाद, उन्हें प्रबद्धित (amplify) किया जाता है, जो हमें दिखाई या सुनाई देते हैं।

सकते हैं। कोई देख सकता है कि इतिहास की पुस्तकों को किस तरह से झूठा बनाया गया है, परंतु अपनी कोरी उत्सुकता को संतुष्ट करने की तुलना में, यह अभिलेखों के बारे में अधिक है—कोई इस अभिलेख में देख सकता है और देख सकता है कि उसकी खुद की योजनाओं के साथ, क्या गलत हुआ। जब हम पृथ्वी पर मर जाते हैं, हम अस्तित्व के दूसरे तल पर जाते हैं, जहाँ हम में से प्रत्येक को, जो हमने किया और जो हमने नहीं किया, इसका सामना करना पड़ता है; हम अपने, पिछले पूरे जीवन को विचारों की गति से देखते हैं, हम इसे आकाशीय अभिलेख के माध्यम से देखते हैं, जो केवल उस समय से नहीं है जब हम पैदा हुए थे परंतु तबसे है, जब से हमने योजना बनाई कि हम कैसे और कहाँ जन्म लेंगे। तब उस ज्ञान को संजोये हुए, अपनी गलतियों को देखते हुए, हम दुबारा योजना बनाते हैं और ठीक उस स्कूली बच्चे की तरह से, जो कि परीक्षा के प्रश्नपत्रों में, गलत उत्तरों के कारण असफल हो गया, और जिसे पूरी परीक्षा में दुबारा बैठना पड़ा, एकबार फिर प्रयास करते हैं।

इससे पहले कि कोई आकाशीय अभिलेखों को देख सके, स्वाभाविकरूप से, इसके लिये काफी लंबा-लंबा प्रशिक्षण लेना होता है, परंतु इसे प्रशिक्षण के साथ, अभ्यास और इसमें विश्वास के साथ, किया जा सकता है और वास्तव में, लगातार किया जा रहा है। आपका क्या विचार है, हमें एक क्षण के लिए रुकना चाहिये और हो सकता है, जिसे आस्था कहा जाता है, उसके ऊपर चर्चा करनी चाहिये ?

आस्था वह निश्चित चीज है, जो की जा सकती है और जिसे ठीक उसी तरह से जैसे कि एक आदत को या गर्म गृह (hot house) में रहने वाले पौधे को बढ़ाया जाता है, पल्लवित किया जाना चाहिए। आस्था, किसी कठोर जंगली बीज की तरह नहीं है। वास्तव में, ये एक गर्म गृह में लगाए हुए पौधे की तरह है, इसका सहयोग किया जाना चाहिए, पालनपोषण किया जाना चाहिए और देखभाल की जानी चाहिए। आस्था प्राप्त करने के लिए, हमें आस्था के अपने संकल्पों को दोहराना चाहिए और फिर दोहराना चाहिए, और फिर दोहराना चाहिए, ताकि इसका ज्ञान हमारे अवचेतन में चला जाए। ये अवचेतन हमारा 9/10 भाग होता है, अर्थात् हमारा सबसे बड़ा हिस्सा। हम अक्सर इसे एक आलसी बूढ़े आदमी की भाँति पसंद करते हैं, जो सामान्यतः परेशान किया जाना नहीं चाहता। वृद्ध आदमी अपने समाचार पत्रों को पढ़ रहा है, शायद उसके मुँह में चुरुट लगा है और उसके पैर सुविधाजनक चप्पलों में हैं। वह, वास्तव में, इस पूरे झंझट से, सभी प्रकार के शोरों से, सभी प्रकार की परेशानियों से, जो लगातार उसके आसपास चल रही हैं, परेशान हो चुका है। उसने वर्षों के अनुभव के बाद, सबसे अधिक हठी हस्तक्षेपों और परेशानियों को छोड़कर, इनसे अपने आपको बचाना सीखा है। वह एक बूढ़े आदमी, जो आंशिकरूप से बहरा है, की तरह जब उसे पहली बार पुकारा जाता है, नहीं सुनता। दूसरी बार पुकारने पर वह फिर नहीं सुनता, क्योंकि वह सुनना नहीं चाहता, क्योंकि वह सोचता है कि उसके लिए ये काम बढ़ जाएगा या उसके आलसपूर्ण आराम के क्षणों में कुछ हस्तक्षेप होगा। तीसरी बार वह गुस्सा होना शुरू होता है, क्योंकि पुकारने वाला, उसके विचारों के रुख को विक्षुब्ध कर रहा है, जबकि शायद वह घुड़दौड़ के परिणामों को, जिसमें किसी दूसरे की तुलना में अधिक प्रयास लगता है, पढ़ने का इच्छुक है। जारी रखें, और अपनी आस्था को दोहराना जारी रखें और तब वह "बूढ़ा आदमी" फिर से एक झटके के साथ सचेत होगा, और जब जानकारी आपके अवचेतन में डाली जाती है तब उसमें आपका विश्वास स्वतः हो जाएगा। हमें स्पष्ट कर देना चाहिये कि यहाँ आस्था (का अर्थ), विश्वास नहीं है। आप कह सकते हैं "मेरा विश्वास है कि कल सोमवार है," और इसका अर्थ है, कुछ निश्चित चीज। आप ये नहीं कहेंगे "मेरी आस्था है कि आने वाला कल सोमवार है" क्योंकि इसका आशय होगा, एक

पूरी तरह से दूसरी चीज। आस्था कुछ दूसरी चीज है, जो सामान्यतः हमारे साथ बढ़ती जाती है। हम एक ईसाई या बौद्ध या यहूदी हो जाते हैं, क्योंकि सामान्यतः हमारे माता-पिता, ईसाई, या बौद्ध, या यहूदी थे। हमें अपने माता-पिता में आस्था है—हमारा विश्वास है कि, हमारे माता-पिता का जो विश्वास था, वह सही था—और इसप्रकार हमारी आस्था वैसी ही बनती है, जैसी कि हमारे माता-पिता की थी। कुछ चीजें, जो निश्चितरूप से इस पृथ्वी पर नहीं दी जा सकतीं, आस्था की मांग करती हैं, दूसरी चीजें, जो यहाँ सिद्ध की जा सकती हैं, उनके ऊपर विश्वास या अविश्वास किया जा सकता है। इन दोनों के बीच में थोड़ा भेद है और किसी को, इस भेद के प्रति सावधान होना चाहिए।

परंतु सबसे पहले, आप क्या विश्वास करना चाहते हैं, वह क्या है, जिसे आपकी आस्था की आवश्यकता है ? निश्चय करें वह क्या है, जिसे आस्था चाहिए। इस पर सभी कोणों से विचार करें। क्या ये धर्म में आस्था, किसी क्षमता में आस्था है ? इसके बारे में विभिन्न कोणों से, जितने से आप कर सकते हैं, विचार करें और तब ये सुनिश्चित करते हुए कि आप इस पर सोच रहे हैं, एक सकारात्मक रूप में, संकल्प करें—अपने आपसे कहें—कि आप इसे या उसे कर सकते हैं, अथवा आप इसमें या उसमें, जिसका आपको पूरी तरह से विश्वास है, यह, या वह करेंगे। आप संकल्प करते रहें। जब तक आप संकल्प नहीं करेंगे, आपको आस्था नहीं आएगी। महान धर्मों के, अपने आस्थावान अनुयायी हैं। ये आस्थावान अनुयायी वे हैं, जो चर्च को, या चैपल को या यहूदियों की सभा को या मंदिर को जाते रहे हैं और लगातार दोहराती हुई प्रार्थनाओं के द्वारा, न केवल अपनी तरफ से, परंतु दूसरों की तरफ से भी, उनका अवचेतन मन सावधान हो चुका है कि कुछ चीजें हैं, जिनमें आस्था होनी चाहिए। सुदूर पूर्व में, मन्त्रों जैसी, ऐसी चीजें हैं। एक व्यक्ति कुछ चीज कहेगा—एक मंत्र—और उसे दुबारा और दुबारा कहेगा और समय—समय पर दोहराएगा। संभवतः, वह व्यक्ति यह भी नहीं जानता होगा कि यह मंत्र किसके संबंध में है, परंतु इसका कोई फर्क नहीं पड़ता क्योंकि धर्म के संस्थापकों ने, जिन्होंने मंत्र बनाया, उसे इस प्रकार व्यवस्थित किया कि मंत्र को दोहराने ने, उस वांछित चीज के लिए, उसमें उत्पन्न होने वाले कंपनों को जन्म दिया, अवचेतन को थपकी दी। यद्यपि वह व्यक्ति, मंत्र को पूरी तरह से नहीं समझता, फिर भी शीघ्र ही, ये उस व्यक्ति के अवचेतन का एक अंग बन जाता है, और यह आस्था पूरी तरह, शुद्धतः, स्वचालित होती है। ठीक उसी प्रकार, यदि आप प्रार्थनाओं को समय के बाद समय पर, फिर दोहरायें और उनमें विश्वास करना प्रारंभ कर दें, ये आपके अवचेतन को समझाने और सहयोग करने का, एक प्रकरण है और यदि आप, एक बार आस्था रखते हैं, आपको अधिक परेशान होने की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि आपका अवचेतन, आपको हमेशा ध्यान दिलायेगा कि आपकी आस्था ये है, और तब आप उन निश्चित चीजों को कर सकते हैं।

स्वयं के साथ, समय—समय पर दोहरायें कि आप एक प्रभामंडल देखने वाले हैं, आप दूरानुभूति सम्पन्न होने वाले हैं, कि आप ये करने वाले हैं या वो करने वाले हैं, जो कुछ भी आप विशेषरूप से करना चाहते हैं। तब कुछ समय बाद आप इसे करेंगे। सभी सफल व्यक्ति, सभी व्यक्ति, जो करोड़पति हुए या आविष्कारक हुए, वे लोग हैं जिन्होंने अपने आप में आस्था रखी, उन्होंने आस्था रखी कि वे ऐसा कर सकते हैं, जो उन्होंने अपने करने के लिए निश्चय किया था क्योंकि अपने आप में विश्वास करने में पहले, अपनी स्वयं की शक्तियों और क्षमताओं में विश्वास करने में, तब उन्होंने आस्था को पैदा किया जिसने विश्वास बनाया, जो सत्य सिद्ध हुआ। यदि आप, अपने आपको अपनी सफलता के संकल्प के साथ ये बताना जारी रखें कि आप सफल होने जा रहे हैं, और यदि आप घुसपैठ के रूप में संदेह

(आस्था का नकारात्मक) को नहीं आने दें। सफलता के इस संकल्प का प्रयास करें, आप सफल होंगे, और आप न केवल सफल होंगे वल्कि परिणाम आपको आश्चर्यचकित कर देंगे।

आपने लोगों के बारे में सुना होगा, जो दूसरों को बता सकते हैं कि वे पिछले जीवन में क्या थे, वे क्या कर रहे थे। ये आकाशीय अभिलेख से आता है, क्योंकि अनेक लोग अपनी नींद में सूक्ष्मलोक में यात्रा करते हैं और आकाशीय अभिलेखों को देखते हैं। जब वे सुबह वापस आते हैं, जैसी पहले चर्चा की जा चुकी है, वे अपने साथ एक विकृति को वापस ला सकते हैं, इसलिए, उन चीजों को, जो वे बताते हैं उनमें से कुछ सत्य होती हैं, जबकि दूसरी विकृतियाँ होती हैं। आप ये जानेंगे कि अधिकांश चीजें, जिन्हें आप सुनते हैं, पीड़ा से संबंधित होती हैं। लोग, उन सब चीजों से गुजरते हुए, जो मुख्यतः बुरी हैं, प्रताड़ित होते दिखाई देते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि हम इस पृथ्वी पर पाठशाला के रूप में आते हैं, हमको ये सब हमेशा याद रखना चाहिए कि लोगों को, उन्हें निर्मल करने के लिए, अपने दोषों को सुधारने के लिए, ठीक उसी तरह कठिनाइयाँ मिलती हैं, जैसे कि एक अयस्क को भट्टी में डाला जाता है और अत्यधिक तीव्र गर्मी में तपाया जाता है ताकि उसकी तलछट अथवा बेकार पदार्थ सतह पर आ जाएँ जहाँ पर उनको सतह से हटा दिया जाए और फैंक दिया जाए। मनुष्यों को तनावों में होकर गुजरना पड़ता है, जो उनको लगभग टूटने वाले, परंतु पूरी तरह नहीं, बिन्दु तक, भेज देते हैं ताकि उनकी आध्यात्मिकता का परीक्षण किया जा सके, और उनके दोषों का उन्मूलन किया जा सके। लोग, चीजों को सीखने के लिए इस पृथ्वी पर आते हैं, और लोग दयालुता की तुलना में कठिनाइयों से कहीं अधिक और स्थाई रूप से काफी तेजी से सीखते हैं।

ये कठिनाइयों का विश्व है, ये प्रशिक्षण पाठशाला है, जो विशेषरूप से सुधारात्मक है, और यद्यपि यहाँ विरली दयालुतायें हैं, जो रात के अंधेरे में, प्रकाश की एक रेखा की तरह प्रकाशित होती हैं। संसार अधिकांशतः, विवाद और शत्रुता है, संघर्ष है। यदि आप इस पर विवाद करें, तो राष्ट्रों के इतिहास को देखें, इससे पुराने सभी युद्धों पर ध्यान दें। वास्तव में, ये अशुद्धता का लोक है, और ये ऊँचे अस्तित्वों, जो यहाँ निरीक्षण, जो लगातार चलता रहता है, करने के लिए आते हैं, का यहाँ आना मुश्किल बना देता है। यह एक तथ्य है कि इस पृथ्वी पर आने वाले उच्च अस्तित्व, कुछ अशुद्धियों को लेकर आते हैं, जो उनके लिए एक लंगर का काम करती हैं, और उनको पृथ्वी के सम्पर्क में बनाए रखती हैं। जो लोग आते हैं, उनमें से उच्च अस्तित्व के लोग, अपनी बेदाग शक्ल में, पूरी तरह शुद्ध हो कर नहीं आ सकते, क्योंकि तब वे यहाँ के दुखों और पृथ्वी के परीक्षणों के विरुद्ध खड़े नहीं हो सकेंगे। इसलिए—सावधान रहें, जब आप सोचते हैं कि अमुक—अमुक व्यक्ति इतना ऊँचा नहीं हो सकता, जैसा कि कुछ लोग कहते हैं क्योंकि वह इस अथवा उस चीज का बहुत अधिक शौकीन है। जहाँ तक वह पीता नहीं है, वह बहुत ऊँचा हो सकता है। हालांकि शराब पीना, सभी उच्च क्षमताओं को समाप्त कर देता है।

महान अतीन्द्रियवादियों और दूरानुभूति सम्पन्न लोगों में से अधिकांश में, कुछ भौतिक दोष रहे हैं क्योंकि उत्पीड़न, अक्सर, कंपनों की दर को बढ़ा देता है और पीड़ित व्यक्ति को दूरानुभूति या अतीन्द्रिय ज्ञान प्रदान करता है। आप केवल उसे देखकर किसी व्यक्ति की आध्यात्मिकता के बारे में नहीं जान सकते। किसी व्यक्ति के संबंध में, क्योंकि वह बीमार है, उसके पापी होने का निर्णय न करें, हो सकता है उसने बीमारी जानबूझकर ली हो, ताकि इससे वह किसी विशिष्ट कार्य के लिए, अपने कपन की दरों को बढ़ा सके। किसी व्यक्ति के संबंध में, क्योंकि वह गाली देता है या कसम खाता है, या कुल

मिलाकर वैसा नहीं करता, जैसा कि आप सोचते हैं कि किसी महान व्यक्ति को करना चाहिए, कठोर निर्णय न करें। ये वास्तव में, एक महान व्यक्ति हो सकता है, जो कसम के शब्दों को या किसी दूसरी चरित्रहीनता को, अपने आपको इस पृथ्वी पर बनाए रखने के लिए एक लंगर के रूप में उपयोग कर रहा हो²¹। फिर बशर्ते कि वह व्यक्ति अपने आपको (शराब) पीने में नहीं लगाता, जो आपने मूलतः उसके संबंध में सोचा था, व्यक्ति पूरी तरह से निश्चयपूर्वक उच्च अस्तित्व वाला हो सकता है। पृथ्वी पर अत्यधिक अशुद्धता है, और वह पूरा अशुद्ध गिरता जाता है, और केवल भ्रष्ट न किये जाने योग्य शुद्ध शेष बचा रहता है। ये उन कारणों में से, कि कोई पृथ्वी पर क्यों आता है, एक है; आत्मा के लोक में, आपको सूक्ष्मशरीर से ऊपर भ्रष्टाचार नहीं मिल सकता, आप उच्च लोकों में खराब नहीं हो सकते, इसलिए लोग इस पृथ्वी पर कठिन तरीके सीखने के लिए आते हैं और फिर, और फिर, पृथ्वी पर आता हुआ एक महान अस्तित्व, यह जानते हुए कि वह किसी विशेष काम से यहाँ आया है, कोई एक खराबी या दोष स्वीकार करता है। वह दोष या पूर्वाग्रह, कर्म के रूप में नहीं होगा (हम इसके संबंध में बाद में चर्चा करेंगे) परंतु बदले में उसे एक औजार के रूप में, एक लंगर के रूप में समझा जाना चाहिए, जो भौतिकशरीर के साथ ही समाप्त हो जाता है। यहाँ एक और बिन्दु है, जिसे हम उठाने वाले हैं, वह यह है कि इस जीवन में, कई बार, महान सुधारक, वे लोग होते हैं, जो अपने पिछले जीवन में, उस दिशा में, जिसमें वह अब सुधारक हो रहे हैं, महान आक्रामक रहे हों। हिटलर, निस्संदेह, इस पृथ्वी पर महान सुधारक के रूप में वापस आएगा। स्पेन के धर्म न्यायाधिकरण के लोग, महान सुधारकों के रूप में यहाँ वापस आ चुके हैं। ये सोचने लायक विचार हैं। स्मरण रखें कि—मध्य मार्ग ही वह मार्ग है, जिसमें रहना चाहिए। इतने खराब मत बनो कि तुमको बाद में इसके लिए कष्ट उठाना पड़े, और यदि आप इतने शुद्ध, इतने पवित्र नहीं हैं कि हर एक व्यक्ति आपके अधीन है, तब आप इस पृथ्वी पर नहीं ठहर सकते। सौभाग्यवश, तथापि, कोई भी इतना अधिक शुद्ध नहीं है।

²¹अनुवादक की टिप्पणी : इस सम्बंध में स्वामी रामकृष्ण परमहंस से सम्बंधित एक घटना उल्लेखनीय है। उन्हें खाने का बेहद शौक था। वे बारबार मौ सारदा के पास रसोई में जाते और पूछते कि आज क्या बन रहा है। किसी शिष्य ने इस विषय में उनसे पूछा कि उन्हें स्वाद के प्रति इतना मोह क्यों है, जब कि वे जीवनमुक्त हैं। तब उन्होंने उसे यही जबाव दिया था कि इस लोक में बने रहने के लिये किसी प्रकार की कम से कम एक आसक्ति का होना आवश्यक है। पूर्ण जीव इस लोक में नहीं रह सकता।

पाठ बीस

शीघ्र ही, हम दूरानुभूति, अतीन्द्रियज्ञान और मनोमिति (psychometry) के संबंध में चर्चा करने की आशा रखते हैं, परंतु सबसे पहले आप हमें विषयांतर करने की इजाजत दें—हमें दूसरे विषय के ऊपर बात करने की आज्ञा दें। हम पूरी तरह सजग हैं कि आप अब तक सोच रहे हैं कि हम विषय में इधर उधर घूम रहे हैं, परंतु ये जानबूझकर है; हम जानते हैं कि हमारे दिमाग में क्या है, और ये अक्सर आपको, आपके ध्यान को, एक विषय के ऊपर और तब किसी दूसरे के ऊपर, खींचने के लिए कुछ देता है, जो आल्हवाद के रूप में उतना ही आवश्यक है।

अब हम इसे स्पष्ट करेंगे कि लोग, जो अतीन्द्रियज्ञानी होना चाहते हैं, दूरानुभूति वाले होना चाहते हैं और मनोमिति की क्षमताओं के साथ होना चाहते हैं, उन्हें धीमे-धीमे आगे बढ़ना होगा। आप एक सीमा के आगे, विकास को जबरदस्ती नहीं कर सकते। यदि आप प्रकृति के संसार पर विचार करेंगे तो आप पायेंगे कि अत्यंत उत्तेजक उद्यान, वास्तव में, गर्मगृह वाले पौधे होते हैं, और यदि उन्हें अपने विकास में जबरदस्ती लगाया गया, तो वे वास्तव में, बड़ी जल्दी ही टूट जाने वाले, क्षणभंगुर फूल होते हैं। ये हर चीज, जिसको कृत्रिमरूप से उत्तेजित किया जाए या जिसको बलपूर्वक आगे बढ़ाया जाए, की प्रगति के ऊपर इसी प्रकार लागू होता है। “गर्मगृह वाले पौधे” उतने कठोर नहीं होते, वे विश्वसनीय नहीं होते, वे सभी प्रकार की बीमारियों के चारे के रूप में होते हैं। हम आपको दूरानुभूति की काफी स्वास्थ्यकारक खुराक देना चाहते हैं, हम चाहते हैं कि आप अतीन्द्रियज्ञान से, भूतकाल में देखने में सक्षम हो सकें और हम आपको ऐसी स्थिति में देखना चाहते हैं कि आप समुद्र तट से एक पत्थर उठाएँ, उदाहरण के लिए, और ये बताएँ कि उस पत्थर के साथ विगत वर्षों में क्या-क्या घटा। आप जानते हैं, कि एक अच्छे मनोमापक के लिए, वास्तव में, किसी चीज को जबतक कि उसे किसी आदमी के द्वारा छुआ नहीं गया है, समुद्रतट से उठा लेना, और उसको समय में स्पष्टरूप से देखना, जबकि वह पत्थर का टुकड़ा शायद, किसी पहाड़ का हिस्सा था, संभव है। यह कोई अतिशयोक्ति नहीं है, जब कोई जानता है कैसे, ये बहुत साधारण, बहुत आसान है—तब हमें एक अच्छा आधार बनाने दें, क्योंकि कोई अपना घर खिसकती हुई रेत के ऊपर नहीं बना सकता और काफी लंबे समय तक उसके बने रहने की आशा भी नहीं कर सकता।

अपने “आधारों” के संबंध में चर्चा करते हुए, हम पहले कह दें कि आंतरिक आत्मसंयम (inner composure) और शांति हमारे आधार के, कोने के दो पत्थर हैं, क्योंकि जबतक कि किसी में आंतरिक आत्मसंयम नहीं है, उसे दूरानुभूति या अतीन्द्रियज्ञान में अधिक सफलता नहीं मिल सकती। यदि किसी को अधिकांश आधारभूत मूल चरणों से ऊपर, आगे उन्नति करनी है, तब आंतरिक आत्मसंयम, एक निश्चित आवश्यकता है।

मानव, वास्तव में, विरोधी भावनाओं का एक लोथड़ा है। कोई इस संबंध में देखता है और लोगों को गलियों में जल्दी करते हुए, कारों के पीछे दौड़ते हुए या किसी बस को पकड़ने के लिए भागते हुए पाता है। तब संभवतः अंतिम क्षण की दौड़, सप्ताहांत में बंद होने से पहले, दुकानों की ओर, सामान खरीदने के लिए होती है। हम हमेशा चिल्लाते, झनझनाते, धूम मचाते रहने की अवस्था में रहते हैं; हम खौलते हैं उबलते हैं, और हमारे दिमाग गुस्से और अवसाद की चिनगारियाँ भेजते हैं। अक्सर, हम अपने आपको गर्म होता हुआ देखते हैं। हम पायेंगे कि हम तनाव में हैं, कि हम अपने आपको, अंदर से धोखा दे रहे हैं। ऐसे समयों पर हम अनुभव करते हैं कि हम फट पड़ें। हाँ, अधिकांशतः, आप इसे कर सकते हैं! परंतु ये आपको शाश्वत शोध के क्षेत्र में बिलकुल सहायक नहीं होगा यदि, किसी की मस्तिष्क तरंगे इतनी अनियंत्रित हों कि कोई आने वाले संकेतों को पूरी तरह से अनदेखा कर दे—हर समय, कहीं से, किसी से, संकेत लगातार अंदर आ रहे हैं और यदि हम अपने दिमाग को खुला रखें तो हम उन संकेतों

को पकड़ और समझ पाएंगे।

क्या आपने कभी तूफान के बीच रेडियो को सुनने का प्रयास किया है ? क्या आपने कभी टेलीविजन (television) के कार्यक्रम को, जब किसी नालायक के द्वारा गाड़ी आपकी खिड़की के बाहर टिकाई गयी हो, देखने का प्रयास किया और आपको पर्दे के ऊपर, इस कार्य की, इग्निशन (ignition) की आड़ीतिरछी (zig-zag) चमक दिखाई दी ? शायद आपने, बहुत दूर स्थित स्टेशनों से, किसी विद्युत तूफान के द्वारा पैदा की हुई स्थिर चीखपुकार के बीच, आने वाले प्रसारण को सुनने का प्रयास किया होगा। ये आसान नहीं है! हम में से कुछ की रुचि लघु तरंगों (shortwaves) को प्राप्त करने में, पूरी दुनियाँ को सुनने में, विभिन्न देशों के समाचारों को सुनने में, और विभिन्न महाद्वीपों के संगीतों को सुनने में है। यदि आपने लघु तरंगों में काफी कुछ किया है और काफी दूर के स्थानों को सुना है, आप जान जायेंगे कि कभी-कभी, किसी समय, मानवीय और प्राकृतिक दोनों स्थितियों के द्वारा, सभी प्रकार की गड़बड़झालाओं के बीच, आवाज को पकड़ पाना, भारी मुश्किल होता है। कार के इग्निशन का शोर, रेफ्रीजिरेटर के थर्मोस्टेट के बार-बार चालू व बंद होने की चटाक की आवाजें या शायद ठीक उसी समय, जबकि आप सुनना चाहते हैं, कोई दरवाजे की घण्टी को बजा रहा है। जैसे-जैसे हम, रेडियो के संवादों को पकड़ने के लिए एकाग्र होने का प्रयास करते हैं, हम "कण्ठ के नीचे (under the collar)," गर्म, और अधिक गर्म, होते जाते हैं। जबतक कि हम अपने दिमाग को उन "स्थितियों" में से कुछ से, मुक्त नहीं कर पाते, तबतक हम अतीन्द्रियज्ञान में, परेशानियाँ झेलने जा रहे हैं क्योंकि मनुष्य का मस्तिष्क, आवाजों की मिलावट को घोटकर जो शोर पैदा करता है, वह लगभग सुधारी हुई पुरानी कार की तुलना में, और अधिक खराब स्थिति में होता है। आप सोच सकते हैं कि ये अतिशयोक्ति है, परंतु आपकी शक्तियाँ, जैसे-जैसे इस दिशा में बढ़ती हैं, आप पायेंगे कि हमने, समझो कि विषय का, कुछ कम ही तीव्रता के साथ, कथन किया है।

हमको इस विचार को थोड़ा और आगे तक विकसित करने दें क्योंकि किसी कार्य को करने से पहले, हमें ये पूरी तरह सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि हम क्या करने जा रहे हैं, हमको उन सभी रुकावटों के बारे में, जो रास्ते में हैं, पूरी तरह सुनिश्चित होना चाहिए क्योंकि जबतक हम रुकावटों को नहीं जानते, हम उनसे पार नहीं पा सकते। हम इसके ऊपर एक भिन्न दृष्टिकोण से विचार करें; एक महाद्वीप से दूसरे महाद्वीप को टेलीफोन करना एक काफी आसान काम है, बशर्ते महासागर के नीचे एक उचित तार, मान लें, शायद इंग्लैंड से न्यूयार्क के बीच या इंग्लैंड से एडिलेड (Adelaide)²² के बीच टेलीफोन लाईन बिछाई गयी हो। यह विचार का बिन्दु है। किसी को, इन टेलीफोन की लाइनों का उपयोग करते हुए, पानी के नीचे अस्पष्ट ध्वनि के थगड़े (patches) सुनाई देते हैं। कई बार, हालांकि ये धुंधले पड़ रहे होंगे, परंतु कुल मिलाकर, हम काफी अच्छी तरीके से समझ सकते हैं कि क्या कहा जा रहा है। दुर्भाग्यवश, अधिकांश विश्व टेलीफोन तारों के द्वारा जुड़ा हुआ नहीं है। कुछ क्षेत्रों में, उदाहरण के लिए मानट्रियल (Montreal) और ब्यूनस आयरस (Buenos Aires) के बीच में टेलीफोन केबिल नहीं है परंतु कुछ घटिया चीजें, जिन्हें "रेडियोलिंक (radiolinks)" कहा जाता है, हैं। ये भीषण युक्तियाँ, टेलीफोन के नाम को कभी ऊपर नहीं उठा सकतीं क्योंकि हमें उनका उपयोग, झेलने का एक कमाल, जैसा लगता है। बातचीत, पहचान के परे, जल्दी-जल्दी विकृत की जाती है, बातचीत को काटा जाता है, उच्च आवृत्ति को काट दिया जाता है और निम्न आवृत्ति को काट दिया जाता है, और इसप्रकार मानव की आवाज के मानवीय सुर, जिसको हम अच्छी तरह समझ सकते हैं, को पाने की बजाए, हमें एक सपाट एकसुरी आवाज सुनाई देती है, जो मानो कि किसी रोबोट के द्वारा, बिना किसी फुलाव के, वमन की गई हो। किसी का तनाव, जो कहा जा रहा है, उसे सुनने के लिये बढ़ता, और

²²अनुवादक की टिप्पणी : ऐडिलेड दक्षिणी आस्ट्रेलिया का एक नगर और समुद्रतटीय राजधानी है, जो 1836 में स्थापित हुआ। इसकी आबादी लगभग 13 लाख है।

बढ़ता जाता है, परंतु हर बार, यहाँ एक और अधिक गहरा नुकसान है; “चक्र को चालू रखने के लिए,” किसी को हर समय बात करनी ही पड़ती है, (भले ही उसके पास कहने के लिए कुछ भी नहीं हो!) इसके अलावा उसमें कुछ ‘स्थिति (static)’ होते हैं जो हम पहले ही कह चुके हैं, परंतु उसमें पृथ्वी के चारों ओर आयनीकृत विभिन्न सतहों से, कुछ भिन्न-भिन्न आवर्तन और परावर्तन भी होते हैं। हम इसका उल्लेख ये दिखाने के लिए कर रहे हैं कि सर्वोत्तम उपकरणों के द्वारा, पृथ्वी पर रेडियो टेलीफोन की बातचीत, एक तीर या तुक्के (hit or miss) के रूप में होती है, और हमारे अनुभव में, अक्सर, ये तीर की तुलना में तुक्के के रूप में अधिक होती है। व्यक्तिगत रूप से हम, दूरानुभूति को, एक निजी टेलीफोन की तुलना में बहुत-बहुत आसान समझते हैं!

आपको आश्चर्य होगा, हम लगातार रेडियो और इलेक्ट्रॉनिकी और विद्युत के बारे में क्यों लिखते जाते हैं। इसका उत्तर है, क्योंकि मस्तिष्क और शरीर, विद्युत पैदा करते हैं। मस्तिष्क और सभी धड़कती हुई मांसपेशियाँ, इलेक्ट्रॉनों को, जो वास्तव में, मनुष्य शरीर के रेडियो कार्यक्रम होते हैं, भेजती हैं। मनुष्य शरीर का अधिकांश व्यवहार, और अतीन्द्रियज्ञान, दूरानुभूति और मनोमिति, और वह सब जो बचा हुआ है, का अधिकांश विचार, रेडियो के विज्ञान और इलेक्ट्रॉनिकी के संदर्भ में आसानी से समझा जा सकता है। हम इसे आपके लिए आसान बनाने का प्रयास कर रहे हैं, इसलिए हम आप से ये कहने वाले हैं कि इलेक्ट्रॉनिकी और रेडियो के संबंध में, अत्यंत सावधानीपूर्वक, इस पूरे मामले पर विचार करें; यदि आप इलेक्ट्रॉनिकी का अध्ययन करते हैं तो ये आपके लिए बहुत अधिक मायने रखता है। आप रेडियो और इलेक्ट्रॉनिक्स का जितना ज्यादा अध्ययन करेंगे, उतना ही आसानी से आप अपने विकास में प्रगति कर पायेंगे।

नाजुक उपकरणों को झटके से बचाने की आवश्यकता होती है। आप ये उम्मीद नहीं करेंगे कि एक महंगे टेलीविजन को जोर से फेंक दिया जाए या एक महंगी घड़ी को दीवार के विरुद्ध लगातार टकराया जाए, आप ये भी उम्मीद नहीं करेंगे। हमारे पास सबसे महंगा संग्राहक है—हमारा मस्तिष्क—और यदि हम इस संग्राहक को बहुत अच्छी तरह उपयोग में लाना चाहते हैं, तो हमें इसे झटके से बचाना चाहिए। यदि हम अपने आप को गुस्से अथवा अवसाद से बचाना चाहते हैं, तो हमें एक विशेष प्रकार की तरंग अपने अन्दर पैदा करनी होगी, जो बाहर की तरंगों को संग्रहीत करेंगी, अपने में रखेंगी। दूरानुभूति में, हमें जितना संभव हो, शांत रखना पड़ेगा अन्यथा यदि हम दूसरों के विचारों को, वे जैसे भी हों, प्राप्त कर रहे हैं, तो हम अपने प्रयास करने वाले समय को नष्ट कर रहे हैं। हमें दूरानुभूति में, पहली बार में ही अच्छे परिणाम प्राप्त नहीं होंगे इसलिये—हम शांति के ऊपर केन्द्रित हों।

हम जब भी कुछ सोचते हैं, हम विद्युत उत्पादित करते हैं। यदि हम शांति से और बिना किसी शक्तिशाली भावना के सोचें, तब हमारी मस्तिष्क की विद्युत, स्पष्टरूप से, बिना किसी ऊँची चोटियों और बिना किसी नीची घाटियों के, पर्याप्त समान आवृत्तिवाली होगी। यदि इसमें ऊँची चोटी है तो इसका मतलब है कि कुछ चीज, हमारे विचारों की एकसमान प्रवृत्ति में, हस्तक्षेप कर रही है। हमें यह सुनिश्चित होना चाहिये कि अत्यधिक वोल्टेज पैदा न हों, और “खतरा और अवसाद” उत्पन्न करने वाला ऐसा कुछ भी पैदा न हो, जिसे हमारे चिंतन की प्रक्रिया में अनुज्ञप्त (permit) किया जाना चाहिए।

हमें हर समय, आन्तरिक शांति को बढ़ावा देना चाहिये, एक शांत ढंग को बढ़ावा देना चाहिए। यदि कोई आदमी धुले हुए कपड़ों को (अलगनी पर) लटका रहा है और तभी, जबकि किसी के अपने हाथ गीले और निचुड़ते हुए कपड़ों से भरे हुए हैं, टेलीफोन की घंटी बजती है। निस्संदेह यह चिढ़ाने वाला है। यदि कोई आदमी, स्थानीय भण्डार में, किसी विशेष छूट के सप्ताह में चूक जाए, निस्संदेह ये भयानकरूप से उत्तेजित करने वाला है, परन्तु ये सारी चीजें अधिक क्षुद्र हैं, जब हम इस संसार को छोड़ते हैं, ये हमें बिल्कुल भी सहायक नहीं होतीं। जब हम, पृथ्वी पर रहने का अपना समय समाप्त करते हैं, कुल मिलाकर, ये चीजें अधिक प्रभावित नहीं करेंगी, कि क्या हमने बड़े सुपरमार्केट या

किसी कोने वाली दुकान के छोटे आदमी से व्यवहार किया है। हम फिर से दोहराएँ (यदि आपने इसे पहले नहीं पढ़ा हो), क्योंकि हम अपने अगले जीवन में, यहाँ से एक पैसा मात्र भी नहीं ले जा सकते परन्तु हम केवल ज्ञान, जो हमने यहाँ प्राप्त किया, उस सब का एक निचोड़, जो हमने यहाँ सीखा, जो हमको इस योग्य बनाता है कि हम अगले जीवन में क्या करने जा रहे हैं, ले जा सकते हैं। इसलिये हम ज्ञान, उन चीजों जिन्हें हम ले जा सकते हैं, के ऊपर केन्द्रित हों। वर्तमान में दुनियाँ पैसे के पीछे पागल है, अधिकार के पीछे पागल है। कनाडा और संयुक्त राज्य अमेरिका जैसे देश, धनाढ्यता के एक झूठे मानक के नीचे रह रहे हैं। हर आदमी कर्ज में दिखता है, हर आदमी वित्तीय कम्पनियों से उधार ले रहा है (बनाम पुराने ढंग के महाजनों के, जो अब क्रोमिनियम चढ़े हुए धातु के साथ बैठे हैं।) लोग पिछले साल से अधिक चमकदार, नई कारें चाहते हैं। लोग दौड़ रहे हैं, उनके पास जीवन की गंभीर चीजों के लिए समय नहीं है। वे उन चीजों के पीछे पड़े हैं, जिनका कोई तात्पर्य नहीं है। केवल चीजें, जिनका तात्पर्य है, वे हैं, जिन्हें हम सीखते हैं; हम अपने साथ वह ज्ञान ले जाते हैं, जो हमने पृथ्वी पर रुकने के अवधि में प्राप्त किया। हम अपने पीछे धन और सम्पत्ति—यदि हमारे पास कुछ है—किसी दूसरे के उड़ाने के लिए छोड़ जाते हैं। इस कारण से, उन चीजों—ज्ञान, जो निश्चितरूप से हमारी हैं, के ऊपर ध्यान देना उपयुक्त होता है।

शांति प्राप्त करने के तरीकों में से सबसे आसान तरीका है, एक निश्चित नमूने से सांस लेना। दुर्भाग्यवश अधिकांश लोग, इस ढंग से सांस लेते हैं कि उसे चूसना—फेंकना (suck-blow), चूसना—फेंकना (suck-blow) कहा जा सकता है, वे वास्तव में, मस्तिष्क को ऑक्सीजन के लिए भूखा मारने के लिए हांफते हैं। लोग यह सोचते दिखते हैं कि हवा के ऊपर राशन है, उन्हें इसे गटक लेना है और बाहर फेंक देना है। ये सोचते हुए लगते हैं कि वे हवा या कुछ ऐसा ही कुछ, अन्दर ले रहे हैं, क्योंकि वे जल्दी से जल्दी, इसे बाहर फेंक कर इससे छुटकारा पाने और अगला भार उठाने के लिए आतुर हैं।

हमको धीमे—धीमे और गहरी—गहरी सांस लेना सीखना चाहिए। हमें यह सुनिश्चित करना चाहिए कि सारी गंदी, बासी, हवा हमारे फेंफड़ों के बाहर निकल जाए। यदि हम केवल अपने फेंफड़ों के ऊपरी भाग से सांस लेते हैं तो वह हवा, जो तली में है, और बासी, और बासी हो जाती है। अच्छी हवा की हमारी पूर्ति जितनी ज्यादा होगी, हमारे मस्तिष्क की शक्ति, उतनी ही अच्छी होगी क्योंकि, हम बिना ऑक्सीजन के जिंदा नहीं रह सकते और मस्तिष्क वह सबसे पहली चीज है, जो ऑक्सीजन के लिए सबसे पहले भूखा मरता है, तरसता है। यदि हमारे मस्तिष्क को ऑक्सीजन की न्यूनतम मात्रा से वंचित रखा जाए, तो हम थका हुआ महसूस करते हैं—सोता हुआ, उनींदा—हम अपनी चाल—ढाल में धीमे पड़ जाते हैं, और हम चिंतन को मुश्किल पाते हैं। कईबार, हमें बड़ा सिरदर्द होता है, तब यदि हम ताजी हवा में बाहर चले जाते हैं, तो वह हमारे सिरदर्द को ठीक कर देती है और यह भी सिद्ध करती है कि किसी को ऑक्सीजन की काफी मात्रा चाहिए।

श्वसन का एक निश्चित तरीका, लहराती हुई भावनाओं को शांत करता है। यदि आपको—“सभी वर्गों के बाहर (out of sorts)”— बहुत अधिक गुस्सा आ रहा है और वास्तव में, आप किसी के ऊपर हमला करते हुए टूट पड़ना चाहेंगे, बदले में एक गहरी सांस लें, सबसे अधिक गहरी, जितनी आप ले सकते हैं, और इसे कुछ सेकण्डों के लिए रोकें। तब इसे कुछ सेकण्डों में धीमे—धीमे बाहर करें। ऐसा कई बार करें, और आप पायेंगे कि आप, जितना आपने सोचा होगा, उसकी तुलना में शीघ्र ही शांत हो जाते हैं।

जितना तेजी से आप कर सकते हैं, श्वास को केवल चूसें नहीं, और न ही इसे उतनी तेजी से जितना कि आप कर सकते हैं, बाहर फेंकें। सांस को ठहरते हुए, धीमे—धीमे अंदर भरें, और ठहरें और सोचें—जैसा कि ये सत्य मामला है—कि आप जीवन को, और स्वयं जीवन्तता को, श्वास से ले रहे हैं।

हम एक दृष्टांत दें; अपनी छाती को दबाएँ और ज्यादा से ज्यादा, जितनी हवा बाहर निकालना संभव हो, निकाल दें, अपने फेंफड़ों को बलपूर्वक अन्दर खींचें ताकि—यदि आप चाहें—आपकी जीभ, हवा की कमी के कारण, बाहर लटक जाए, लगभग दस सेकण्ड समय के बाद, अपने फेंफड़ों को पूरा भरें, छाती को बाहर की तरफ फेंके और जितना अधिक संभव हो, हवा को अन्दर भरें तब और थोड़ी अधिक, ठसाठस भरें। जब आप उतनी हवा, जितनी कि संभव हो, भर चुकें, इसे पाँच सेकण्ड के लिये रोकें, उसके बाद, पाँच सेकण्ड में हवा को धीमे-धीमे बाहर निकाल दें। इतना धीमे कि आपके अन्दर की हवा से छुटकारा पाने के लिए आपको सात सेकण्ड लगें। पूरी तरह से सांस को बाहर निकाल दें, जितनी अधिक से अधिक हवा आप ले सकते हैं, अपनी मांसपेशियों को अन्दर की ओर खींचें। तब फिर नये सिरे से शुरू करें। यदि आप इसे लगभग आधा दर्जन बार करें, ये एक अच्छा बचाव हो सकता है और आप देखेंगे कि आपका अवसाद और आपकी बुरी मनोदशा जा चुकी है। आप अपने अन्दर अच्छा महसूस करेंगे; आप पायेंगे कि आपको अन्दर से शांति मिल रही है।

यदि आप किसी साक्षात्कार, जिसका आपके लिए वास्तव में अर्थ है, के लिए जा रहे हैं, साक्षात्कार कक्ष में जाने से पहले कुछ गहरी सांसे लें। आप पायेंगे कि दौड़ती हुई नब्ज, और अधिक नहीं दौड़ रही है, ये ठहर जाएगी, आप पायेंगे कि आपके अन्दर अधिक आत्मविश्वास है, आपको इसके सम्बंध में कम चिंता करने की आवश्यकता है, और यदि आप ऐसा करेंगे, आपका साक्षात्कार लेने वाले, आपके आत्मविश्वास से बहुत प्रभावित होंगे। इसे आजमा कर देखें।

नित्यप्रति के जीवन में, अवसाद और गुस्से के, झकझोर देने वाले अवसर आते हैं और ये चीजें वास्तव में, बहुत नुकसानदेह हैं। “सभ्यता,” इसकी एकदम विरोधी है। कोई आदमी, सभ्यता के बंधन में जितना ज्यादा बंधता जाता है, (उसके लिये) शांति पाना, उतना ही अधिक मुश्किल हो जाता है। उस आदमी और औरत की तुलना में, जो देहात के दिलों में रहते हैं, एक बड़े शहर के हृदयस्थल में रहने वाले आदमी या औरत, अक्सर बहुत गुस्से में होते हैं। इसलिये किसी का, स्वयं की भावनाओं पर नियंत्रण रखना, और अधिक आवश्यक हो जाता है। लोग, जो अवसादग्रस्त या चिड़चिड़े हैं, अपने पेट के रसों (gastric juices) को, अधिक, और अधिक सांद्रित पाते हैं। ये रस, वास्तव में, अम्ल, होते हैं और जैसे-जैसे अधिक, और अधिक, गाढ़े होते जाते हैं, हमारे अन्दर उबलने लगते हैं, और अंत में सांद्रता की ऐसी कोटि तक जा पहुँचते हैं कि पेट या दूसरे अंगों की, अन्दर की रक्षक पर्त, तेज अम्ल के हमले का प्रतिरोध नहीं कर सकती। संभवतः हमारे अंदर के अस्तर का कुछ हिस्सा, बाकी से अधिक पतला होता है। शायद हमारे अंदर कुछ दोष होता है, खाने का कुछ कड़ा टुकड़ा, जिसे हम निगल गये हों, पेट में थोड़ी जलन पैदा कर सकता है। तब अम्ल को अपना काम करने का मौका मिल जाता है। ये उस पतले से, या जलते हुए स्थान पर, अपना काम करता है और कुछ समय में, ये हमारे अन्दर की रक्षक सतह के अन्दर घुस जाता है। इसका परिणाम, पेट के फोड़े (gastric ulcer) के रूप में होता है, जो हमें काफी कष्ट और दुख देता है। जैसा कि आपने शायद सुना होगा कि पेट संबंधी फोड़े, अवसाद और जलन के कारण होने वाली शिकायतें जानी जाती हैं। हमें इन सब जलनों के बारे में सोचना चाहिए; आप यह आश्चर्य कर रहे होंगे कि हमें पेट्रोल का भुगतान करने के लिए पैसा कहाँ से मिलेगा या बिजली का मीटर पढ़ने वाला आदमी, आपके दरवाजे के पास क्यों दंगा फसाद कर रहा है, जबकि आप दूसरी चीज में व्यस्त हैं। आप आश्चर्यचकित हो सकते हैं कि दूसरे मूर्ख लोग मूर्खतापूर्ण निर्देश डाक से क्यों भेजते रहते हैं? आप उन्हें बाहर क्यों नहीं फेंक देते? भेजने वाले को पहले ही उन्हें क्यों नहीं नष्ट कर देना चाहिए और आपको परेशानियों से बचाना चाहिए? ठीक है—इसे सहजता से लें—स्वयं सोचें, स्वयं से ये प्रश्न पूछें—“क्या ये सब (आगामी) पचास या सौ साल में आपको प्रभावित करने वाला है?” जब कभी आप विषादग्रस्त हों, जब कभी आप लगभग दैनिक जीवन के सामान्य दबावों से उबर पायें, जब कभी आप सोचें कि आप अपने दुखों और अपनी परेशानियों में डूबे हुए हैं, इसके बारे में

दुबारा सोचें, सोचें—“क्या इनमें से कोई, इन चिंताओं में से कोई भी, अगले पचास या सौ वर्षों के समय में मायने रखता है ?”

तथाकथित, सभ्यता का ये युग, वास्तव में एक कठोर परीक्षा लेने वाला युग है। हर चीज हमारी मस्तिष्क तरंगों को अप्राकृतिक बनाने का षडयंत्र रचती है। अजनबी वोल्टेज को पैदा करने के लिए, हमारी मस्तिष्क की कोशिकाओं के अन्दर षडयंत्र करती है। सामान्यतः, जब कोई सोचता है कि मस्तिष्क तरंगों का एक स्पष्ट लयपूर्ण नमूना होता है, जिसे डॉक्टर कागज पर विशेष उपकरणों²³ की सहायता से बना सकते हैं। यदि मस्तिष्क तरंगों एक निश्चित नमूने का अनुगमन करती हैं, तो हमें मानसिक बीमारियों का होना बताया जाता है। जब कोई व्यक्ति मानसिकरूप से बीमार हो, तो ये देखने के लिए कि ये सामान्य से किसप्रकार से विचलित हैं, शायद पहली चीज, जो की जानी होती है, वह है मस्तिष्क तरंगों का चार्ट बनाना। पूर्वी लोगों को ये तथ्य ज्ञात है कि यदि एक व्यक्ति असामान्य मस्तिष्क तरंगों को दबा सकता है तो पागलपन वापिस लौट आता है। सुदूरपूर्व में, चिकित्सीय पुजारियों द्वारा उपयोग में लाये जाने वाले विभिन्न तरीके हैं, जिनसे तनावग्रस्त व्यक्ति—वह व्यक्ति, जिसे मानसिक बीमारी है—को, अपनी मस्तिष्क तरंगों को सामान्य अवस्था में लाये जाने में सहायता प्रदान की जा सकती है।

औरतें, विशेषरूप से, जीवन के बदलाव के समय में, अलग प्रकार की मस्तिष्क की तरंग आकृतियों को उत्पन्न करने का विषय बनती हैं। ये वास्तव में, जीवन में बदलाव के कारण होता है। विभिन्न स्राव (secretions) बंद हो जाते हैं अथवा दूसरे मार्गों (channels) की ओर मुड़ जाते हैं, सामान्यतः प्रश्न में आने वाली औरत, कई लोगों से “वृद्ध पत्नियों की कहानियाँ (old wives' tales)” सुन रही होती है, जिससे वह वास्तव में सोचती है कि अब वह बुरे समय में जा रही है, और चूँकि वह पक्का विश्वास करती है कि उसे परेशानियाँ होने वाली हैं, और होती हैं। यहाँ जीवन के परिवर्तन में किसी परेशानी की आवश्यकता नहीं है बशर्ते, कोई व्यक्ति इसके लिए ठीक ढंग से तैयार हो। उन औरतों, जिनका गर्भाशय को हटा देने का ऑपरेशन (Hysterectomy) हो चुका हो, के प्रकरण अधिक दुर्भाग्यशाली होते हैं। गर्भाशय हटा देने का ऑपरेशन वह है, जिसमें रजोनिवृत्ति (menopause) को शल्यक्रिया के द्वारा जबरदस्ती लाया जाता है। स्वीकृतरूप से, ये एक द्वितीयक कारण है, शल्यक्रिया, सामान्यतः किसी विशेष उद्देश्य के लिए, जैसे कि बीमारी के लिए की जाती है परन्तु आखिरी परिणाम वही होता है; औरत का—गर्भाशय को हटा देने का ऑपरेशन होता है—और इससे पहले चलने वाले ढंग से, जीवन की समाप्ति हो जाती है और आवश्यक हार्मोनों (hormones) में सहसा बदलाव आ जाता है, मस्तिष्क में एक गंभीर विद्युतीय तूफान पैदा होता है, जो औरत को कुछ समय के लिए अस्थिर भी बना देता है। उचित इलाज और सहानुभूतिपूर्ण समझदारी, वास्तव में, ऐसी दुर्भाग्यशाली बीमारी का इलाज कर सकती है। हम इसका उल्लेख केवल यह इंगित करने के लिए कि शरीर एक विद्युत उत्पादक (generator) है, कर रहे हैं और इसे उत्पादक का निकास (output) स्थिर बनाए रखना बहुत आवश्यक है क्योंकि यदि हमारा निकास स्थिर है तो हमें शांत कहा जायेगा, परन्तु यदि आउटपुट गड़बड़ाया और निश्चित ऑपरेशन के द्वारा परेशानियाँ बढ़ती रहीं, तो थोड़े समय के लिए नींद खो सकती है। परन्तु, निश्चितरूप से, इसे दुबारा प्राप्त किया जा सकता है!

अब हम अपने “पचास या सौ वर्षों के समय” में वापिस चलें। यदि आप किसी व्यक्ति के प्रति अच्छा करते हैं, तब ऐसा कुछ है, जो पचास या सौ वर्षों के समय में प्रभावित करेगा, क्योंकि यदि आप

23अनुवादक की टिप्पणी : इस में से एक प्रमुख उपकरण इलेक्ट्रिक एनसेफेलोग्राम, (electric encephalogram) संक्षेप में ई ई जी (EEG) कहलाता है। इसका उपयोग मस्तिष्क की विद्युतीय गतिविधियों में होने वाली विसंगतियों का पता लगाने में किया जाता है। इस प्रक्रिया से मस्तिष्क तरंगों के प्रादर्श का अंकन किया जाता है। इसके लिये खोपड़ी पर विद्युदाग्र लगाये जाते हैं और उनसे प्राप्त संकेतों को संगणक (computer) द्वारा विश्लेषित कर परिणाम निकाले जाते हैं। मिरगी, सिर की अंदरूनी चोट, मस्तिष्क की सूजन, मस्तिष्क में फोड़ा, स्मृतिभ्रंश, नींद की बीमारियाँ, वृद्धावस्था में स्मृतिभ्रंश (dementia) आदि का पता लगाया जा सकता है। जब कोई गहरी अचेत अवस्था (coma) में होता है तो इसके द्वारा उसके मस्तिष्क की गतिविधियों का अध्ययन तथा शल्यक्रिया के दौरान मस्तिष्क की गतिविधियों का अध्ययन किया जाता है।

भले हैं, तो आप कुछ लोगों के चेहरे—मोहरे (outlook) में चमक ला सकते हैं, ठीक वैसे ही जैसे कि जब आप किसी व्यक्ति को हानि पहुँचाते हैं, तो आप उनके चेहरे—मोहरे को दबाते हैं। आप दूसरों के प्रति जितना अच्छा करेंगे, आप उतना ही अच्छा पायेंगे। ये गूढ़विज्ञान का नियम है कि जबतक आप पहले देने की इच्छा नहीं रखते हैं, तबतक आप पा नहीं सकते। यदि आप दें, ये सेवा धन या प्रेम हो सकता है, तब आप उसके बदले में, सेवा, धन या प्रेम पायेंगे, और कोई बात नहीं कोई क्या देता है, और इसका भी कोई अर्थ नहीं कि कोई क्या पाता है। हर चीज का समय में भुगतान हो जाना है। यदि आप दयालुता देते हैं तो आप दयालुता पायेंगे, परन्तु ये इस पाठ के साथ विचार नहीं किया जाना है, चूंकि, इसे हम अधिक विस्तार से, जब हम कर्म पर चर्चा करेंगे, तब बताएँगे।

स्वयं को शांत रखने के लिए सुनिश्चित करें। अपने आप को शांत रखने के लिए निश्चित करें, अपने आप को महसूस करने दें कि ये सभी क्षुद्र प्रतिबंध, ये सभी मूर्खतापूर्ण हस्तक्षेप, जब हम सोचने का प्रयास कर रहे हैं या कुछ करने का प्रयास कर रहे हैं, थोड़े से कुछ वर्षों के समय में, कोई मतलब नहीं रखते; क्षुद्र क्रोध, ये मामूली सी बात है और इसको अपनी सही स्थिति में, कष्ट के रूप में और इससे अधिक कुछ नहीं, बाहर निकाल दिया जाना चाहिए। आंतरिक शांति, शांति और नींद आपके लिए हैं, यदि आप उनको स्वीकार करें। आपको कुल मिलाकर यह करना है कि इसप्रकार से सांसे लें कि मस्तिष्क को अधिकतम ऑक्सीजन मिल सके और उन सब बेवकूफी वाली चिंताओं पर विचार करें, जो अर्द्ध शताब्दी के अन्दर, आपके लिए कोई मायने नहीं रखेंगी। तब आप देखेंगे कि वे कितनी महत्वहीन हैं।

क्या आप देखते हैं कि हम कहाँ पहुँच रहे हैं? हम आपको यह दिखाने का प्रयत्न कर रहे हैं कि बड़ी चिंताओं में से अधिकांश अक्सर होती ही नहीं है। हम कुछ धमकी भरा पाते हैं, हम डरते हैं कि कुछ असुखद घटने वाला है, हम भय के पागलपन में अपने ऊपर कार्य करते हैं और हम ऐसी स्थिति में पहुँच जाते हैं कि हम मुश्किल से ही जानते हैं, कि क्या हम सिर के बल खड़े हैं या पैरों के बल। परन्तु शीघ्र ही हम पाते हैं कि हमारे सभी भय उचित नहीं थे, कुछ नहीं हुआ। पूरा भय, कुछ नहीं के बारे में था। हम अपने अन्दर, क्रियाशील होने को तैयार, एड्रेनेलाइन (adrenaline) (नामक हार्मोन) का उबलता हुआ असली मिश्रण, पाते हैं और जब यह भय गुजर जाता है, तो यह एड्रेनेलाइन का बिखरना होता है, जो हमको काफी कमजोर महसूस कराता है। हम प्रतिक्रिया से हिले हुए भी हो सकते हैं। विश्व के विख्यात आदमियों में से अनेक ने कहा है कि उनकी बड़ी चिंता कभी घटित नहीं हुई परन्तु, वे अभी भी अपने बारे में परेशान हैं और तब उन्होंने पाया कि वे केवल समय बेकार कर रहे थे। यदि आप कष्ट में हैं, यदि आप शांत नहीं हैं, यदि आप खलबली में हैं, तो आपको आन्तरिक शांति नहीं मिल सकती और दूरानुभूति संदेशों को पाने के लिये, आप—प्रसारण के लिए—बदले में किसी बड़ी गड़बड़ का, अवसाद का, एक तीखा संदेश निकाल रहे हैं, जो न केवल आपके दूरानुभूति संदेशों को खाली कर देता है, बल्कि उन प्राप्तियों को भी, जो आपके आसपास कुछ दूरी पर हैं, उनको भी खाली कर देता है। इसलिये आप, आपके अपने भले के लिए, और दूसरों के भले के लिए, गंभीरता का अभ्यास करें, शांति रखें; दुबारा फिर स्मरण रखें कि ये छोटी—छोटी परेशानियाँ, छोटी परेशानियाँ ही हैं, इसके आगे कुछ और नहीं। वे आपकी परीक्षा लेने के लिए भेजी गई हैं, और जिसे वे निश्चय ही लेती हैं!

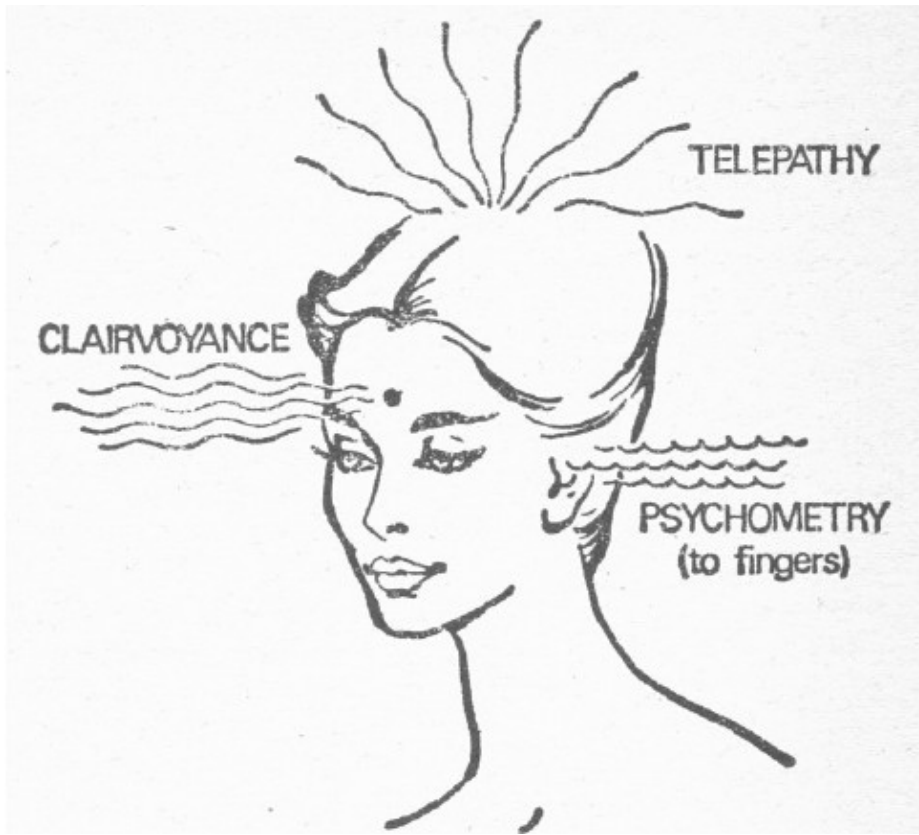
शांति का अभ्यास करें, अपनी परेशानियों को सही परिप्रेक्ष्य में देखने का अभ्यास करें। ये पता चलना कि आज रात, जो फिल्म दिखाये जाने की आखिरी रात है, को आप सिनेमा देखने नहीं जा सकते, आपको खिजा देने वाला हो सकता है परन्तु, ये भूचाल लाने जैसा महत्वपूर्ण नहीं है। ये सीखना महत्वपूर्ण है कि आप कैसे प्रगति कर सकते हैं, क्योंकि जितना अधिक आप सीखते हैं, आप अपने अगले जीवन के लिए उतना ही अधिक ले जाते हैं, और जितनी अधिक सीख, आप अपने अगले जीवन के लिए ले जाते हैं, आपको उतने ही कम बार, हमारे इस उदास, बूढ़े संसार में वापिस आना पड़ेगा।

हम सुझाव देते हैं कि आप लेट जाएँ, अपने आप को शिथिल छोड़ दें, लेट जाएँ और थोड़ा उलट—पलट करें ताकि कोई मांसपेशी, शरीर का कोई भी अंग तनाव में न हो। अपने हाथों को हल्के से आपस में फंसा लें और गहरी और नियमित सांस लें। जब आप सांस लें, सांस के साथ—साथ लय में सोचें, “शांति, शांति, शांति।”²⁴ यदि आप अभ्यास करेंगे तो आप पायेंगे कि वास्तविक स्वर्गिक शांति और शमन आपके पास आ जायेंगे। एकबार फिर, बैचेनी के घुसपैठिए विचारों को धक्का देकर बाहर निकाल दें, अपने शांति के विचारों पर, शांति पर, सरलता पर ध्यान केन्द्रित करें। यदि आप शांति की सोचेंगे तो आप शांति पायेंगे, यदि आप सरलता की सोचेंगे, तो आपको सरलता ही मिलेगी। इस पाठ को समाप्त करते हुए, हम आपसे यही कहेंगे कि यदि लोग, अपने चौबीस घण्टों में से केवल दस मिनट का समय इसके लिए लगाएँ, तो डॉक्टर दिवालिया हो जाएँगे क्योंकि उनके पास इलाज करने के लिए इतनी बीमारियाँ ही नहीं होंगी।

24अनुवादक की टिप्पणी : सभी वैदिक क्रियाओं के बाद शान्ति पाठ आवश्यक होता है। शान्ति पाठ है, ओम द्यौ शान्तिरन्तरिक्षः शान्तिः पृथ्वी शान्तिरापः शान्तिः रोषधयः शान्तिः। वनस्पतयः शान्तिर्विश्वे देवाः शान्ति ब्रह्मा शान्तिः सर्वः शान्तिः शान्तिरेव शान्तिः सा मा शान्तिरेधि॥ ओमः शान्तिः शान्तिः शान्तिः शान्तिः ओम

पाठ इक्कीस

अब हम इस पाठ में उन विषयों पर आते हैं, जो हम सभी की अभिरुचि के हैं; दूरानुभूति। आपको आश्चर्य होगा कि हम मानवीय मस्तिष्क तरंगों और रेडियो तरंगों की समानता के ऊपर इतना जोर क्यों दे रहे हैं। इस पाठ में आपको इस विषय पर अधिक जानकारी मिलेगी! यहाँ चित्र नौ दिया गया है। आप जैसा देखेंगे, हम इसे "शांत सिर (The Tranquil Head)" कहते हैं। ये "शांत" कहलाता है क्योंकि इससे पहले कि हम दूरानुभूति या अतीन्द्रियज्ञान या मनोमिति (psychometry) कर सकें, हमको इस अवस्था में होना चाहिए। ऐसा इसलिये है क्योंकि अपने पिछले पाठ में हमने इन विषयों पर चर्चा की थी (क्या आपने इसे "घृणास्पद होने तक (ad nauseum)" कहा था?), यदि हम उन्नति करने जा रहे हैं, तो हमें अपने स्वयं के अन्दर सहजता में होना चाहिए।



चित्र : 9 शांत मस्तिष्क

इसे इसप्रकार देखें; यदि आप एक फैक्ट्री के बॉयलर के पड़ोस में हों तो क्या आप, एक अच्छे संगीत समारोह में जायेंगे? क्या आप शास्त्रीय संगीत—या किसी भी प्रकार का संगीत, जो आपको अच्छा लगता हो—का आनन्द लेने में समर्थ हो सकेंगे, यदि आपके चारों ओर, उसकी आवाजों के उच्चतम स्तर पर चीखते हुए लोग, ऊपर नीचे उछल रहे हों? नहीं, शायद या तो आप रेडियो का

बटन बंद कर देंगे या खुद चीखते हुए भाग जायेंगे, अथवा आप हर एक को चुप रहने के लिये कहेंगे!

“शांत सिर” के चित्र से आप ये देखेंगे कि मस्तिष्क में विभिन्न ग्राही क्षेत्र (receptor areas) हैं। क्षेत्र, जो लगभग तेजोमण्डल के समीप है, दूरानुभूति की तरंगों को पकड़ता है। बाद में हम, दूसरी तरंगों की व्याख्या करेंगे, पहले हम दूरानुभूति पर विचार कर रहे हैं। जब हम शांत हैं, हम सभी प्रकार के प्रभावों को पकड़ सकते हैं। वे दूसरे लोगों की, अंदर आती हुई, और हमारे खुद के ग्राहक मस्तिष्क के द्वारा अवशोषित की जाती हुई, रेडियो तरंगें मात्र हैं। आप सहमत होंगे कि अधिकांश लोगों के “गूमड़ या उभार (hunches)” होते हैं। अधिकांश लोग, किसी एक या दूसरे समय में, अधिकांश अजीबोगरीब छाप (impression) प्राप्त करते हैं कि कुछ होने वाला है, या उन्हें बचाव का कुछ विशिष्ट मार्ग लेना चाहिये। लोग, जो ज्यादा अच्छा नहीं जानते, इसे एक “हंच (hunch)” कहते हैं। ये वास्तव में, लगभग अचेतन या अवचेतन, दूरानुभूति है, अर्थात् “हंच” वाला एक व्यक्ति, किसी दूसरे व्यक्ति के द्वारा चेतन अथवा अचेतन मन से भेजे हुए दूरानुभूति संदेश प्राप्त कर रहा होता है।

अंतःप्रेरणा (intuition) इसी प्रकार की चीज है; यह कहा जाता है—सही ढंग से—कि पुरुषों की तुलना में, स्त्रियों में अंतःप्रेरणा अधिक होती है। यदि औरतें इतनी ज्यादा बातें नहीं करें, तो औसत पुरुष की तुलना में, स्त्रियाँ अच्छी दूरानुभूति वाली हो सकती हैं। महिला मस्तिष्क, पुरुष की तुलना में छोटा होना बताया जाता है, परन्तु वास्तव में, इसका नगण्य सा भी प्रभाव नहीं पड़ता। मस्तिष्कों के आकार के संबंध में, बुद्धि के आकार को प्रभावित करती हुई, काफी कटु आलोचनाएँ लिखी जा चुकी है। उसी आधार पर, हम कल्पना करते हैं, कि एक हाथी, मानक मनुष्य की तुलना में, अधिक बुद्धिमान होना चाहिये। महिला मस्तिष्क, आने वाले संदेशों के साथ, सामंजस्य में अनुनाद कर सकता है और, फिर रेडियो के शब्दों में, महिला मस्तिष्क, ऐसा रेडियो सैट है, जो पुरुष मस्तिष्क की तुलना में, किसी स्टेशन से अधिक आसानी के साथ मिलाया जा सकता है। ये सरलता का मामला है, यदि आप इस स्पष्टीकरण को पसन्द करें। क्या आपको याद है कि पुराने—पुराने रेडियो सेटों में, जो आपके पिताजी या आपके दादाजी के पास थे ? उसमें मूठें होती थीं और पूरे स्थान में डायल होता था, और स्थानीय स्टेशन को मिलाना, लगभग एक इंजीनियरी कमाल की चीज होती थी। किसी को, ये निश्चित करने के लिये कि नलिकायें (tubes) अपने ठीक वोल्टेज पर हैं, तन्तु के नियंत्रणों को घुमाना पड़ता था। किसी को धीमे घूमने वाली मूठों की सहायता से, मिलाना पड़ता था, बहुधा किसी को कुण्डलों को ठीक तरह से चलाना पड़ता था और तब ध्वनि की तीव्रता को नियंत्रित करना होता था। आपके दादाजी आपको शुरुआत के रेडियो के बारे में बतायेंगे। अब—ठीक है, किसी के पास जेबी रेडियो है, इसको चालू करें, शायद अपनी अंगुली से, एक मूठ को चलायें। हो सकता है वह कार्यक्रम, विश्व में आधे रास्ते में हो। महिला मस्तिष्क इसी की भांति है, उसे मिलाना, पुरुष मस्तिष्क की तुलना में आसान है।

हम आपका ध्यान, एक जैसे, अनुरूप जुड़वाँ बच्चों (identical twins) की ओर भी दिलायेंगे। ये एक स्थापित तथ्य है कि अनुरूप जुड़वाँ, लगभग सदा ही, एक दूसरे के संपर्क में रहते हैं, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि वे भौतिकरूप से एक दूसरे से कितने दूर हैं। जुड़वाँओं में से एक, उत्तरी अमरीका में हो सकता है और दूसरा जुड़वा दक्षिणी अमरीका में, और आप उस जोड़े के साथ होने वाली सभी घटनाओं की सूचना एकसाथ पा सकते हैं, आपको सूचनायें मिलेंगी कि हर एक दूसरे के संबंध में जानता है कि दूसरा क्या कर रहा है। ऐसा इसलिये है क्योंकि ये दोनों एक ही कोशिका से, एक ही अण्डे से, आते हैं, इसलिये उनके मस्तिष्क भी, जोड़े की भांति, रेडियो के संग्राहक या संप्रेषक की तरह से सावधानी से एक दूसरे के साथ मेल कराये हुए होते हैं। वे स्वामी के किसी प्रयास के बिना, एक दूसरे के साथ “तालमेल” में हैं।

अब आप जानना चाहेंगे कि दूरानुभूति कैसे कर सकते हैं क्योंकि आप अभ्यास और आस्था के साथ, इसे कर सकते हैं, परन्तु कोई बात नहीं कितना अभ्यास, कोई बात नहीं कितनी आस्था (क्यों न

हो), आप इसे तबतक नहीं करेंगे जबतक कि हमारी पुरानी मित्र, 'आंतरिक शांति', आपके पास न हो। अभ्यास करने का सबसे अच्छा तरीका ये है:—

एक या दो दिन के लिये खुद को बतायें कि अमुक—अमुक दिन, अमुक—अमुक समय पर, आप अपने मस्तिष्क को संग्राही (receptive) बनाने जा रहे हैं ताकि आप, पहले सामान्य प्रभावों (impressions) को, और तब दूरानुभूति के निश्चित संदेशों को पकड़ सकें। अपने आप को दोहराते रहें, अपने प्रति संकल्प करते रहें कि आप इसमें सफल होने वाले हैं।

पूर्व निश्चित दिन में प्राथमिकता से शाम के वक्त, अपने निजी कक्ष में निवृत्त (retire) हों। सुनिश्चित करें कि बत्तियाँ मंदी हैं, और तापक्रम आपके लिये ठीक सुखद ही है। तब उस स्थिति, जो आपके लिये सबसे अधिक सुखदायक हो, में लेटें। अपने हाथ में उस व्यक्ति का फोटो रखें जिससे आप काफी अधिक जुड़े हुए हैं। कोई भी बत्ती, आपके पीछे होनी चाहिये ताकि प्रकाश फोटोग्राफ पर पड़ कर उसे प्रकाशित कर सके। कुछ मिनटों के लिये गहरी सांस लें, और तब अपने मन को सब प्रकार के बाहरी विचारों से मुक्त करें, उस व्यक्ति के बारे में सोचें, जिसका फोटो आपके हाथों में है, फोटोग्राफ को देखें, उस व्यक्ति को अपने सामने खड़ा हुआ होने की कल्पना करें। तब ये व्यक्ति आपसे क्या कहता ? और आप उसको क्या जवाब देते ? अपने विचारों का ढांचा बनायें। आप कर सकते हैं, यदि आप चाहें, "मुझसे बात करो—मुझसे बात करो।" तब उत्तर की प्रतीक्षा करें। यदि आप शांत हैं, यदि आपकी आस्था है, तो आपके अपने दिमाग में कुछ हलचल महसूस होगी। पहले इसे आप कल्पना कह कर छोड़ देना चाहेंगे, झुकेंगे परन्तु ये कल्पना नहीं है वल्कि वास्तविकता है। यदि आप इसे खाली कल्पना कह कर अलग हटा देते हैं, तो आप दूरानुभूति को ही अलग हटा देंगे।

दूरानुभूति की क्षमताओं को पाने का सबसे आसान तरीका है, किसी ऐसे व्यक्ति के साथ काम करना, जिसे आप बहुत अच्छी तरह जानते हैं और आप उसके साथ मित्रता के पदों में काफी अभिन्न हैं। आप दोनों को आपस में विचार—विमर्श कर लेना चाहिये कि आप क्या करने वाले हैं, आप दोनों उस अमुक—अमुक तारीख पर, अमुक—अमुक दिन पर, सहमत होने चाहिये, जिसमें आप एक दूसरे से दूरानुभूति के द्वारा संपर्क करेंगे। आप दोनों को अपने अपने कमरों में निवृत्त होना चाहिये, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि वे एक दूसरे से कितने दूर हैं, उदाहरण के लिये, ये एक दूसरे से महाद्वीपों की दूरी पर भी हो सकते हैं, ये कोई बात नहीं है। परन्तु, आपको ये निश्चित कर लेना चाहिये कि आप समय के अन्तर को ध्यान में रख रहे हैं, उदाहरण के लिये—ब्यूनस आयरस, समय में न्यूयॉर्क से दो घंटे आगे हो सकता है। आपको इसके लिये ध्यान रखना चाहिये अन्यथा आपका प्रयोग असफल हो जायेगा। आपको इस पर भी सहमत होना पड़ेगा कि (संदेशों का) भेजने वाला कौन है और पाने वाला कौन है। आप इसे ग्रीनविच (Greenwich) के समय के अनुसार, या अपनी घड़ियों का मिलान करके आसानी से कर सकते हैं। जो किसी भी प्रकार की भ्रांति की संभावना का निराकरण कर देगा। कोई भी आदमी ग्रीनविच टाइम को कहीं भी प्राप्त कर सकता है, और यदि आप पहले सम्प्रेषण करने का तय करते हैं तब दस मिनट बाद, न तो ज्यादा और न ही कम, परन्तु एक पूर्व निश्चित, निर्धारित समय अन्तराल पर, आपका दोस्त आपको वापस सम्प्रेषण करेगा। पहले दो या तीन बार, आप आवश्यक रूप से सफल नहीं भी हो सकते हैं, परन्तु अभ्यास से ही आदमी पूर्ण होता है। ध्यान रखें कि बच्चा पहले ही कदम से नहीं चलने लगता, बच्चे को अभ्यास करना होता है तथा गिरना और जमीन पर घुटनों के बल चलना भी होता है। आप आवश्यक रूप से पहले प्रयास में, दूरानुभूति में सफल नहीं भी हो सकते हैं, परन्तु फिर अभ्यास ही पूर्ण बनाता है।

जब आप एक मित्र को दूरानुभूति संदेश भेजते हैं, या (उससे) प्राप्त करते हैं, तो आप दूसरों के विचारों को भी प्राप्त करने के मार्ग पर हैं, परन्तु आप उनके विचार केवल तभी प्राप्त कर सकते हैं, जबकि उनके प्रति आपकी कोई बुरी मंशा न हो। हम अपनी प्रसिद्ध कमियों (depressions) में से एक,

को यहाँ बताते हैं!

आप दूरानुभूति अथवा अतीन्द्रियज्ञान अथवा मनोमिति का उपयोग, दूसरों को हानि पहुँचाने के लिये, कभी नहीं, कभी नहीं, कभी नहीं (**never, never, never**), कर सकते और न ही कोई दूसरा व्यक्ति, इन साधनों का उपयोग आपको हानि पहुँचाने के लिये कर सकता है। बहुधा ऐसा कहा जाता है कि यदि कोई बुरा आदमी, दूरानुभूति या अतीन्द्रियज्ञान वाला होता, तो वह लोगों को, जिन्होंने जरा सी भी गलती की, ब्लैकमेल (**blackmail**) करने में समर्थ हो सकता था, परन्तु स्पष्टरूप से, यह बात नहीं है। ये असम्भव है। आपको एक ही स्थान में प्रकाश और अंधकार एक साथ नहीं मिल सकते और आप दूरानुभूति को बुराई के लिये उपयोग नहीं कर सकते। ये अमूर्तभौतिकी (**metaphysics**) का परम कठोर नियम है। इसलिये—भयभीत न हों, लोग आपके विचारों को, हानि पहुँचाने के लिये, नहीं पढ़ सकते। निस्संदेह अनेक ऐसा करना चाहेंगे, परन्तु वे ऐसा कर नहीं सकते। हम उल्लेख करते हैं कि यह भय कि कोई व्यक्ति, जो दूरानुभूति की सामर्थ्य रखता है, अधिकांश गुप्त आशंकाओं और डरों को जान सकता है, अनेक लोगों में होता है। ये सत्य है कि शुद्धतम विचारों वाले व्यक्ति, आपके विचारों को पकड़ सकते हैं, आपके प्रभामण्डल से जान सकते हैं कि आपके कमजोर बिन्दु क्या हैं, परन्तु शुद्ध व्यक्ति, एक क्षण के लिये भी, ऐसी चीजें करने पर ध्यान नहीं देगा, और अशुद्ध व्यक्ति, स्थाई रूप से इस क्षमता में पिछड़ा होता है।

हम सुझाव देते हैं कि आप किसी मित्र के साथ दूरानुभूति का अभ्यास करें, या यदि आपको सहयोग करने के लिये कोई मित्र नहीं है, जैसा हम चुके हैं शिथिल हों, विचारों को अपने अन्दर आने दें। पहले आप पायेंगे कि आपका सिर, परस्पर विरोधी विचारों की भिन्नभिन्नाहट है, ये वैसा ही है जैसे कि आप व्यक्तियों की भीड़ में जाते हैं। वहाँ बातचीत की आवाजें होती हैं, कोई भयानक शोर, हर व्यक्ति ऊँची—ऊँची आवाज में एक ही समय पर बात करता हुआ दिखता है। परन्तु, यदि आप प्रयत्न करें, आप किसी एक आवाज को अलग—थलग कर सकते हैं। दूरानुभूति में भी आप ऐसा कर सकते हैं, अभ्यास करें। आपको अभ्यास करना चाहिये तथा आस्था रखनी चाहिये और, तब बशर्ते आप इस सबके बारे में शांति रखें और आप की मंशा, किसी दूसरे व्यक्ति को नुकसान पहुँचाने की न हो, तो आप दूरानुभूति प्राप्त करने में सक्षम होंगे।

अपने चित्र नौ के अनुसार आप देखेंगे कि, अतीन्द्रिय दृष्टि से आने वाली किरणें, तीसरे नेत्र की स्थिति से आती हैं, और जैसा आप देखेंगे कि ये दूरानुभूति से एकदम अलग, आकृति की होती हैं। ये कुछ—कुछ प्रकार से, उसी प्रकार की चीजें हैं, जो विभिन्न परिणाम प्रदान करती हैं। कोई कह सकता है कि जब आप दूरानुभूति के संदेश प्राप्त करते हैं, आप रेडियो सुनते हैं, जब आप अतीन्द्रियज्ञान के संदेश प्राप्त करते हैं तो आप अक्सर, टेक्नीकलर में टेलीविजन के चित्र देखते हैं।

यदि आप अतीन्द्रियज्ञान से देखना चाहते हैं तो आपको एक क्रिस्टल या कुछ वैसी ही चीज, जो चमकती हो, की आवश्यकता होगी। यदि आपके पास नगीने वाली, हीरे की एक अंगूठी है, वह भी क्रिस्टल की तरह ही अच्छी है, और निश्चितरूप से, इसे पकड़ना कम थकाऊ है! यहाँ फिर, आपको सुखपूर्वक लेटना होगा, और आपको ये निश्चित करना होगा कि वास्तव में, रोशनी बहुत ही निम्नकोटि की है। हांलाकि, हम कल्पना करें, कि आपने एक क्रिस्टल में पैसा लगा दिया है—

शाम को आप अपने कमरे में, पूरी तरह आसानी से लेटे हुए हैं। आपके पर्दे या ब्लाइंडें (**blinds**), रोशनी की सीधी किरणों को न आने देने के लिये, बंद कर दिये गये हैं। कमरे में इतना अंधेरा है कि आप क्रिस्टल की बाहरी रूपरेखा को मुश्किल से ही देख सकते हैं। इतना अंधेरा है कि आप, क्रिस्टल में प्रकाश के किसी बिन्दु को भी, निश्चितरूप से नहीं देख सकते। बदले में, पूरी चीज बाड़ वाली है, लगभग “वहाँ नहीं,” आप जानते हैं कि आप इसे पकड़े हुए हैं, आप जानते हैं कि आप “कुछ” देख सकते हैं। क्रिस्टल में, बिना किसी दूसरी चीज को देखने का प्रयास करते हुए, देखना

जारी रखें, क्रिस्टल में देखें, मानो कि आप बहुत दूर-दूर देख रहे हों। क्रिस्टल, आपसे कुछ इंच दूरी पर होगा, परन्तु बदले में आपको मीलों दूर देखना है। तब आप देखेंगे कि क्रिस्टल में धीमे-धीमे बादल बनना शुरू होते हैं, आप सफेद बादलों की आकृति देखेंगे, और स्पष्टरूप से साफ कांच होने के बावजूद, क्रिस्टल दूध से पूरा भरा हुआ लगेगा। अभी, क्रांतिक समय है, झटका न खायें, और जैसे अनेक लोग करते हैं, अपने आपको खतरे में न आने दें, क्योंकि अगला चरण—

किसी मंच पर से पर्दे खोले जाने पर जैसे सफेदी आती है, वैसे ही सफेदी आती है। आपका क्रिस्टल कहीं गायब हो जाता है—और बदले में आप दुनियाँ को देखते हैं, आप ऐसे देखते हैं मानो कि ईश्वर ओलंपस²⁵ से दुनियाँ को देख रहा हो, शायद आप एक महाद्वीप के नीचे बादलों को देखते हैं, आपको गिरने का अनुभव होता है, आप अनिच्छापूर्वक थोड़ा आगे की ओर भी झटका खा सकते हैं। इसे नियंत्रित करने का प्रयास करें क्योंकि यदि आप झटका खाते हैं, तो आप इस चित्र को खो देंगे और किसी दूसरी रात को नये सिर से दोबारा प्रारम्भ करना होगा। परन्तु ये मानते हुए कि आपने झटका नहीं खाया, तब आपको छाप (impression) मिलेगी कि आप तेजी से नीचे गिर रहे हैं और दुनियाँ बड़ी, और बड़ी, होती जा रही है। आप महाद्वीपों को अपने नीचे समेटे जाते हुए देखेंगे, और तब आप, किसी विशेष स्थान पर आकर रुक जायेंगे। आप एक ऐतिहासिक दृश्य को देख सकते हैं, आप किसी युद्ध के बीच में भूमि पर भी दिखाई दे सकते हैं और एक टैंक को अपनी ओर निशाना लगाते हुए देख सकते हैं। इसमें खतरे की कोई बात नहीं है क्योंकि टैंक आपको घायल नहीं कर सकता, ये आप में से आरपार निकल जायेगा और आप इसके बारे में कुछ भी नहीं जान सकेंगे। आप ये पा सकते हैं कि आप स्पष्टरूप से, किन्हीं दूसरी आँखों से, ये सब देख रहे हैं, आप उस व्यक्ति का चेहरा नहीं देख सकेंगे परन्तु वह सब देखेंगे, जो वह देख रहा होता। फिर, डरें नहीं, अपने आप को झटका न खाने दें, आप पूरी स्पष्टता के साथ, पूरी सादगी के साथ देखेंगे और यद्यपि, वास्तव में, आप कोई ध्वनि नहीं सुनते, तथापि जो कुछ कहा जा रहा है, आप पूरी चीज जान जायेंगे। इसलिये ऐसा है, जिसे हम अतीन्द्रियज्ञान में देखते हैं। ये बहुत आसान चीज है, बशर्तें फिर—आप इसमें आस्था रखें।

कुछ लोग, वास्तव में, कोई चित्र नहीं देखते। कुछ लोग सभी प्रभावों को, बिना वास्तव में देखे पा लेते हैं। एक व्यक्ति, जो व्यापार में लगा है, के साथ अक्सर ऐसा होता है। हम वास्तव में, अत्यधिक अतीन्द्रियज्ञानी व्यक्ति हो सकते हैं, परन्तु यदि व्यक्ति, व्यापार में, विपणन में लगा हो तब अक्सर उसका रवैया संदेहात्मक हो जाता है, जो वास्तव में उसे चित्रों को देखने में कठिनाई प्रस्तुत करता है, व्यक्ति अवचेतन मन से सोचता है कि ऐसी चीज नहीं हो सकती, और अतीन्द्रियज्ञान को पूरी तरह से नकारा भी नहीं जा सकता। वह व्यक्ति “सिर में कहीं (somewhere in the head)” ऐसी छाप पाता है, जो चित्रों की भाँति वास्तविक होती है।

अभ्यास के साथ, आप अतीन्द्रियज्ञान से देख सकते हैं। अभ्यास के साथ, आप विश्व के इतिहास में सफर कर सकते हैं और देख सकते हैं कि इतिहास, वास्तव में क्या था। आप ये जानकर हैरान और भौचक्के होंगे, जब आप पायेंगे कि इतिहास की अधिकतर पुस्तकों में, इतिहास को नहीं लिखा गया, क्योंकि लिखा हुआ इतिहास, उस काल की राजनीति को बताता है। हम देख सकते हैं कि जर्मनी में हिटलर और सोवियत रूस के मामलों में, ये सब कैसे हुआ। अब हम मनोमिति के बारे में चर्चा करेंगे।

मनोमिति, “अंगुलियों के माध्यम से देखना (seeing through the fingers)” कहा जा सकता है। प्रत्येक को कुछ इस प्रकार का अनुभव होगा, उदाहरण के लिये, सिक्कों का एक छोटा ढेर लें और किसी दूसरे व्यक्ति को, कुछ मिनटों के लिये, इनमें से एक सिक्का उठा लेने को कहें। तब यदि सिक्के

²⁵अनुवादक की टिप्पणी : ओलम्पस, उत्तर- पूर्व ग्रीस में स्थित, ग्रीस का सर्वोच्च पर्वत है। इसकी ऊँचाई 9570 फुट है। इसे ग्रीस और रोम के बारह महान देवताओं का घर (स्वर्ग) माना जाता है।

को दूसरे सिक्कों के साथ, वापस वहीं रखा जाता है, तो आप (ढेर में से) उस सिक्के को उठाने में सफल होंगे क्योंकि, ये (सिक्का) दूसरों की तुलना में थोड़ा गरम होगा। वास्तव में, ये मात्र एक मूलभूत छोटी चीज है, जो मंच के बाहर कोई स्थान नहीं रखती।

मनोमिति से हमारा आशय है, किसी चीज को उठा लेना, और उसके प्रारम्भ के बारे में, मूल के बारे में, जान जाना। इसके साथ क्या हुआ, किसने इसको रखा और उस व्यक्ति की मनोदशा क्या थी। जब आप महसूस करते हैं कि कोई वस्तु प्रसन्नता अथवा अप्रसन्नता के माहौल में रही है, तब आप अक्सर, एक प्रकार की मनोमिति पाते हैं।

आप एक सहानुभूतिपूर्ण मित्र को शामिल करते हुए, मनोमिति का अभ्यास कर सकते हैं। ये वह है, जो यह आपको इस संबंध में बतायेगा।

यह मानते हुए कि आपका दोस्त, आपके प्रति सहानुभूतिपूर्ण है और आपकी प्रगति देखना चाहता है, हम सुझाव देते हैं कि आप, उसे अपने हाथ धोने को कहें, और तब एक पत्थर या कंकड़ पकड़ें। उसको भी साबुन और पानी से धोया जाना चाहिये और अच्छी तरह खंगाला जाना (rinsed) चाहिये। तब आपका मित्र, सावधानीपूर्वक, अपने हाथों और पत्थर को सुखायेगा, और तब उसे, अपने बांये हाथ में पत्थर को पकड़ते हुए, तीव्रता के साथ एक मिनट के लिये, सोचना चाहिये, उसे एक चीज के बारे में सोचना चाहिये—ये काले या सफेद रंग का या अच्छे स्वभाव वाला या बुरे स्वभाव वाला हो सकता है—जहाँ तक कि वह तेजी के साथ, एक विषय पर, एक मिनट के करीब के लिये सोचता है, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि वह क्या सोचता है। इतना किये जाने के बाद, उसे पत्थर को एक साफ रुमाल या कागज के रुमाल में, लपेट लेना चाहिये और आपको दे देना चाहिये। आप इसे खोलें नहीं, परन्तु तबतक प्रतीक्षा करें जबतक कि आप, अपने “ध्यान कक्ष (contemplation room)” में अकेले न हों। हम यहाँ फिर से, विषयान्तर करने जा रहे हैं!

हमने कहा “बांये हाथ से” और अब हम इसका कारण बता दें। गुप्त विद्या के अन्तर्गत, सीधे हाथ को, व्यवहारिक हाथ माना जाता है। वह हाथ, जो सांसारिक कामों के लिये समर्पित है। बांया हाथ आध्यात्मिक हाथ होता है, जो अमूर्तभौतिकी के कामों के लिये समर्पित है, बशर्ते आप सामान्यतः दांये हाथ से काम करने वाले हों, तब आप मनोमिति में, गोपनीय कार्यों के लिये अपने बांये हाथ का उपयोग करते हुए, अच्छे परिणाम प्राप्त करेंगे। यदि आप उनमें से एक हैं, जो बांये हाथ से काम करते हैं, तो आप, अमूर्तभौतिकी के मामलों में, अपना दांया हाथ उपयोग करेंगे। ये ध्यान दिया जाना चाहिये कि आप, बहुधा बांये हाथ से भी परिणाम पा सकते हैं, जबकि आप दांये हाथ से नहीं पा सकते।

जब आप अपने ध्यानकक्ष में हैं, आपको अपने हाथों को सावधानीपूर्वक धोना पड़ेगा, और तब उन्हें सुखाने से पहले, खंगालना पड़ेगा क्योंकि यदि आप ऐसा नहीं करते हैं, तो आपको अपने हाथों पर दूसरी छापें भी मिलेंगी, और इस प्रयोग के लिये आप केवल एक छाप चाहते हैं। लेट जायें, अपने आपको सुखमय रखें, और इस मामले में ये कोई मायने नहीं रखता कि वहाँ कितनी ज्यादा या कितनी कम रोशनी है। आप हर रोशनी को जलता हुआ या पूरी तरह से अंधेरा रख सकते हैं। तब पत्थर को रुमाल में से खोलें और ये जो कुछ भी था, और उसे अपने बांये हाथ से पकड़ कर उठायें, और ये देखें कि ये लुढ़क कर आपके बांये हाथ की हथेली के केन्द्र में आ जाता है। इसके बारे में नहीं सोचें, इसके बारे में परेशान न हों। अपने मन को पूरी तरह से खाली करने का प्रयास करें, कुछ नहीं सोचें। तब आप अपने बांये हाथ में, एक हल्की सी खुजली का अनुभव करेंगे, और तब आपको एक छाप, (impression) शायद कुछ वैसी, जिसे आपका दोस्त, आप पर छोड़ने की कोशिश कर रहा था, प्राप्त होगी। आप उसकी छाप भी पकड़ सकते हैं, जो वह वास्तव में, सोचता है कि आप उसे पागल के रूप में जोते हुए हैं। यदि आप इसका अभ्यास करें, बशर्ते आप शांत हैं, आप आप अत्यधिक दिलचस्प छापों को पायेंगे। जब आपका दोस्त, आपको मदद करने से थक जाये, आप इसे खुद करें, कहीं बाहर

जायें, एक पत्थर, जो जहाँ तक आप जानते हैं, इससे पहले किसी भी आदमी के द्वारा नहीं छुआ गया हो, को पकड़ें। ये आसान है, यदि आप समुद्र के किनारे पर हैं, या आप जमीन में से किसी पत्थर को खोदकर निकाल सकते हैं। अभ्यास करने से आपको वास्तविक उल्लेखनीय परिणाम प्राप्त होंगे। उदाहरण के लिये, आप कर सकते हैं, एक कंकड़ को उठाएँ और उस समय के बारे में जानें, जब ये किसी पर्वत का भाग था, वहाँ से ये नदी के द्वारा, किस प्रकार बहाकर नीचे लाया गया और अब समुद्र तक लाया गया। सूचना, जो कोई मनोमिति से प्राप्त कर सकता है, वास्तव में आश्चर्यजनक होती है, परन्तु फिर, इसमें एक काफी कड़े अभ्यास की आवश्यकता होती है, और आपको अपना मन शांत रखना चाहिये।

एक पत्र, जो अभी भी लिफाफे में है, को उठा लेना और उसके विषय के बारे में सामान्य रुझान को जान लेना, सम्भव है। ये भी सम्भव है, एक पत्र, जो विदेशी भाषा में लिखा है, को उठा लेना और अपने बांये हाथ की अंगुलियों को उसकी हल्की सी सतह के ऊपर फिराते हुए, आप उस पत्र का तात्पर्य समझ लेंगे, यद्यपि, आप उन अलग अलग शब्दों को नहीं समझते हैं। ये अभ्यास के साथ, पूरी तरह से अचूक है परन्तु आप इसे ये सिद्ध करने के लिये कभी न करें कि आप, दूसरे लोगों के लाभ के लिये, ऐसी चीज कर सकते हैं।

आपको आश्चर्य होगा कि लोग क्यों इसको सिद्ध नहीं करेंगे कि वे दूरानुभूति वाले या अतीन्द्रिय ज्ञान वाले हैं। उत्तर है, कि जब आप दूरानुभूति वाले हैं, तो आपको परिस्थितियाँ अनुकूल रखनी होंगी, आप किसी को ये सिद्ध करने की कोशिश करते हुए कि आप गलत हैं, दूरानुभूति नहीं कर सकते, क्योंकि तब आप, दूसरे व्यक्ति द्वारा विकिरित की हुई तरंगों को पकड़ रहे होंगे, और कोई व्यक्ति जो आपका नजदीकी है, ये सिद्ध करने की कोशिश करता है कि आप गलत हैं, आप नकली हैं, तब आप पायेंगे कि शायद, उसकी नापसंदगी, संदेह तथा अविश्वास के विकरण, इतने अधिक प्रबल हैं कि वे दूर से आने वाली क्षीण तरंगों को पूरी तरह से ढक लेते हैं। हम सिफारिश करते हैं कि यदि कोई आपसे प्रमाण देने के लिये कहता है, आप उन्हें बता दें कि आप इसमें कोई रुचि नहीं रखते; आप जानते हैं, और जो आप जानते हैं, उसे दूसरे लोगों के सामने सिद्ध नहीं करना है।

हम उन अतीन्द्रियज्ञानियों, जो पिछली गलियों में रहते हैं और उससे कुछ धन कमाते हैं, के बारे में भी कुछ कहना चाहेंगे। ये एक तथ्य है कि अनेक औरतें, महान अतीन्द्रियज्ञानी क्षमताओं से, कभी बन्द (off) और कभी चालू (on) हो चुकी हैं अर्थात् वे निरन्तर (continuous) नहीं हैं, और इसे इच्छानुसार चालू नहीं किया जा सकता। अक्सर ऐसा मामला होता है कि एक महिला, जो अतीन्द्रियता की संक्षिप्त चमकों (flashes) के मामले में अत्यधिक प्रखर बुद्धि की है, अपने दोस्तों को, सही भविष्यवाणियों के साथ, हक्का-वक्का कर देगी। वे उसे ये सुझाव देंगे कि इसको व्यवसायिकरूप दे देना चाहिये। बेचारी ढगी हुई महिला, ऐसा करेगी और वह अपनी सेवाओं के लिये अलग-अलग धन वसूल करेगी। वह अपने किसी मुवक्किल को यह नहीं बता सकती कि आज वह महसूस नहीं कर पा रही है कि उसकी अतीन्द्रियज्ञान की क्षमता काम कर रही है अथवा नहीं, और इसप्रकार अपने खाली समयों में से एक में, वह कुछ भी कहती है। वह वास्तव में, एक अच्छी मनोवैज्ञानिक है, और जैसे ही वह बातों को बनाने की आदत में पड़ जाती है, उसे पता चलेगा कि उसकी अतीन्द्रियज्ञान की क्षमता घटती जायेगी।

आपको “क्रिस्टल को पढ़ने” या “कार्डों को पढ़ने” के लिये, किसी से, कभी भी, कोई धन नहीं लेना चाहिये। यदि आप ऐसा करते हैं, आप अतीन्द्रियज्ञान से देखने की क्षमता को खो बैठेंगे। आपको कभी भी, ये सिद्ध करने का प्रयास नहीं करना चाहिये कि आप ये कर सकते हैं, वो कर सकते हैं क्योंकि, यदि आप करते हैं तो आप, उन लोगों की मस्तिष्क तरंगों से, जो आप में विश्वास नहीं रखते, पूरी तरह से नष्ट हो जायेंगे।

बहुधा कई बार, ये स्वीकार नहीं करना कि आप कितना जानते हैं, अच्छा होता है। आप जितना अधिक सामान्य, जितना अधिक स्वभाविक दिखते हैं, आप उतनी ही अधिक तेजी से गति पकड़ते हैं। हम कहते हैं कभी भी प्रमाण न दें, क्योंकि यदि आप प्रमाण देने का प्रयास करेंगे तो आप वास्तविकरूप से, दूसरे लोगों की संदेह की तरंगों में डूब जायेंगे, जो आपको बड़ी हानि पहुँचा सकती हैं।

हम आपको अभ्यास और अभ्यास करने के लिये, और अपनी आंतरिक शांति को बढ़ावा देने की, कहते हैं, जिसके बिना आप इनमें से कोई चीज नहीं कर सकते। आंतरिक शांति और आस्था के साथ आप कुछ भी कर सकते हैं।

पाठ बाइस

इससे पहले कि हम अपने ठीक पाठ पर चलें, हम आपका ध्यान एक बहुत बड़ी दिलचस्प चीज, जो हमारे ध्यान में अभी लाई गई है, की ओर आकर्षित करना चाहेंगे! ये विशेष दिलचस्पी की है क्योंकि इस पूरे पाठ्यक्रम के दौरान, हम शरीर की विद्युत धारा बारे में बातें करते रहे हैं, और ये कहते रहे हैं कि धारायें, मांसपेशियों को सक्रिय करने के लिये, नाड़ियों के साथ कैसे चलती हैं। अभी "इलेक्ट्रॉनिक्स इलस्ट्रेटेड (electronics illustrated)" के जनवरी 1963 के अंक में, पेज 62 पर "Russia's Amazing Electronic Hand" शीर्षक से मोहित करने वाला एक लेख है। प्रोफेसर एरोन ई कोबरिंस्की (Professor Aron E. Kobrinsky), जो रूस की एकेडमी ऑफ साइंस में इंजीनियरिंग में डॉक्टर हैं और ऐसा लगता है कि उन्होंने अपने सहायकों के साथ, अंगों के कृत्रिम जोड़ (Prosthetics) —कृत्रिम भुजाओं (artificial limbs) के मामले में शोधकार्य किये हैं। वर्तमान काल तक, नकली भुजा को चलाने के प्रयास, कुल मिलाकर, उन्हें धारण करने वालों के लिये, बहुत ही थका देने वाली प्रक्रिया रही है; तथापि, अब, रूस में एक कृत्रिम भुजा को विकसित किया जा चुका है, जो विद्युत द्वारा संचालित है।

अंग-भंग करते समय, दो विशिष्ट विद्युदाग्र (electrodes), निश्चित नसों के सिरों पर लगाये गये, नसें जो सामान्यतः, भुजाओं की मांसपेशियों को चलाती हैं, और जब टूट (stump) स्वस्थ हो गया ताकि नकली भुजा को जोड़ा जा सके, मस्तिष्क से नाड़ियों की ओर नीचे लाने वाली धाराओं को, जो सामान्यतः, कहें, अंगुलियों और अंगूठे को चलातीं, इस नकली भुजा में से गुजारा गया जबकि, शरीर की अत्यल्प धाराओं को, काफी हद तक प्रवर्धित किया गया (amplified), ताकि, उनसे रिले (relay) को संचालित किया जा सके और नकली उपकरण की अंगुलियों और अंगूठों से इसप्रकार काम कराया जा सके, जैसे कि प्राकृतिक अंगुलियों या अंगूठे करते। कहा जाता है कि इन नकली कृत्रिम भुजाओं से पत्र लिखना संभव है। "इलेक्ट्रॉनिक्स इलस्ट्रेटेड" में एक सचित्र उदाहरण से ये दिखाया गया है कि, कृत्रिम भुजा से एक व्यक्ति अपनी अंगुलियों और अंगूठों के बीच, पेंसिल पकड़े हुए, वास्तव में, लिख रहा है।

आप, विद्युत धाराओं के संबंध में, मस्तिष्क तरंगों इत्यादि के संबंध में, हमारे विवेचन से थोड़े थक गए होंगे, और यही कारण है कि हमने इस घटना का विशेष उल्लेख किया है, जो वास्तव में, अधिक शिक्षाप्रद है। हम भविष्य को देख सकते हैं, जब सभी कृत्रिम उपकरण, "जैविक रसायनिक धाराओं (biochemical currents)" के द्वारा नियंत्रित होंगे।

इस पर विचार करने के बाद, हम भावनाओं के विषय में बात करना चाहते हैं, हम जैसा सोचते हैं, वैसे हो जाते हैं। यदि हम दुःख के बारे में अधिक गहराई से सोचें तो उससे एक प्रक्रम शुरू हो जाता है, जिसका परिणाम हमारे शरीर की कोशिकाओं के अपक्षारित होने (corrode) के रूप में सामने आता है। अत्यधिक दुःख, अत्यधिक दुर्बलता, हमारे अंदर यकृत या मूत्राशय की शिकायतें उत्पन्न कर सकती हैं। इस पर विचार करें! एक आदमी और एक औरत, जो लंबे समय से शादीशुदा हैं, एक दूसरे के साथ बहुत-बहुत अच्छी तरह से जुड़े हुए हैं। सहसा आदमी मर जाता है, और औरत जो अब विधवा है, उसकी हानि के कारण परेशान हो जाती है, ध्वस्त हो जाती है। वह दुःख के सामने नाक रगड़ती है, वह पीली हो जाती है और शायद समाप्त भी हो जाती है। अक्सर वहाँ, वास्तव में, कुछ गंभीर भौतिक बीमारियाँ होंगी। वहाँ सबसे खराब, मानसिक पागलपन भी हो सकता है। इसका कारण है कि, इस हानि के कारण, गहरी उत्तेजना के प्रभाव में, मस्तिष्क, विद्युत की प्रबल धाराएँ उत्पन्न करता है, जो सभी अंगों को जाते हुए, और सभी ग्रन्थियों में काफी "विपरीत दबाव (back pressure)" उत्पन्न करते हुए, शरीर में बाढ़ की तरह बहती हैं। इससे शरीर की सामान्य सक्रियताएँ प्रभावित होती हैं। पीड़ित व्यक्ति को सुन्नता, चिन्तन में अत्यंत मुश्किल, चलने फिरने में अत्यंत मुश्किलें, हो जाती हैं। ये

जल्दी—जल्दी का अतिरिक्त उद्दीपन, अश्रुग्रन्थियों (lachrymal glands) को प्रभावित करता है और आँसुओं की बाढ़ पैदा करता है क्योंकि ये ग्रन्थियाँ सुरक्षावाल्व की तरह काम करती हैं।

हमें गलत बोल्टेज के साथ, इसीप्रकार की चीज मिलती है, जब हम, मान लो, साढ़े तीन वोल्ट का बल्ब छः वोल्ट की टॉर्च में लगाते हैं। कुछ क्षणों के लिए, सक्रियता बहुत अधिक चमकदार होती है और तब बल्ब फुक जाता है। मनुष्य शरीर भी फुक सकता है, परंतु उसका परिणाम गहरी नींद, बेहोशी, और या पागलपन भी हो सकता है।

निस्संदेहरूप से, हम में से सभी ने किसी ऐसे जानवर को देखा होगा, जो बहुत डरा हुआ है। संभवतः जानवर का, उससे बड़े और तीखे जानवर द्वारा पीछा किया जा रहा है। भगोड़ा जानवर, जब तक वह डरा हुआ है, कुछ नहीं खायेगा, और यदि कोई उसे जबदस्ती से उस जानवर को खाना खाने को मजबूर करे, तो उसे खाना हजम नहीं होगा। जब कोई जानवर डरा हुआ होता है, पेट के सभी रिसाव (gastric secretions), जो सामान्यतः खाने को तोड़ते हैं, बंद हो जाते हैं। वास्तव में, स्राव सूख जाते हैं। इसलिए लिया गया कोई भी खाना, पूरी तरह से और एकदम उस जानवर की प्रकृति के विरुद्ध होता है।

अत्यधिक उत्तेजित व्यक्ति या वह व्यक्ति, जो बहुत ही अधिक अवसादग्रस्त है, न तो उसके साथ कोई जिद्द की जानी चाहिए और न ही उसको जबदस्ती खाने के लिए मजबूर किया जाना चाहिए क्योंकि यद्यपि, निस्संदेह, ऐसे आग्रह दयापूर्ण होते हैं, फिर भी ये पीड़ित के हित में नहीं होते। दुःख, या कोई गहरा भाव, शरीर की रसायनिक प्रक्रियाओं में, पूरी तरह से एक परिवर्तन ला देता है। अनिश्चितता या दुःख, व्यक्ति के चेहरे—मोहरे को पूरी तरह से रंगीन कर देता है, व्यक्ति को असहनीय बना देता है, किसी व्यक्ति को, निभाने के लिये पूरी तरह असम्भव बना देता है। जब हम “किसी व्यक्ति के चेहरे मोहरे का रंगना” कहते हैं, इससे हमारा आशय केवल इतना ही है, किसी व्यक्ति के रासायनिक स्राव, वास्तव में, रंगों या रंगों के सामान्य तरीके को, जो कोई देखता है, बदल देते हैं। हम सभी जानते हैं कि जो प्रेम में हैं, वे संसार को गुलाबी रंगे हुए चश्मे से देखते हैं, जबकि जो दुःखी और विषाद में हैं, निश्चय ही, संसार को काले—भूरे से, रंग से देखते हैं।

यदि हमें उन्नति करनी है, तो हमें स्वभाव का संतुलन (equanimity) पोषित करना होगा! हमको भावनाओं का एक ऐसा संतुलन प्राप्त करना होगा, जो न तो बेतहाशा उत्तेजित हो और न ही अनावश्यकरूप से दबाया हुआ। हमको यह निश्चित कर लेना चाहिए कि वे मस्तिष्क तरंगे, जिनके बारे में हमने बात की है, न तो उनमें कोई ऊँची चोटियाँ हों और न गहरी घाटियाँ। मनुष्य शरीर एक निश्चित तरीके से कार्य करने के लिए बनाया गया है। सक्रियता के बारबार आने वाले सभी विस्फोट, जिनसे होकर कोई व्यक्ति, इस तथाकथित सभ्यता में से गुजरता है, निश्चित हानि पहुँचाते हैं। इसका प्रमाण, बड़ी संख्या में, व्यापारियों में देखा जाता है, जिनमें पेट में घाव या दिल के दौरों या चिडचिडापन आ जाता है। फिर से, ये उल्टा दबाव बनाने वाले, विद्युत धारा में आये उच्च परिवर्तनों का परिणाम होता है, जिसका हमने पहले उल्लेख किया है। उल्टा दबाव, विभिन्न अंगों में फैल जाता है और निश्चय ही उनके सामान्य कार्य करने के ढंगों में हस्तक्षेप करता है। उदाहरण के लिए पेट में फोड़े वाला एक व्यक्ति—वह खाना नहीं खाता जिससे पेट के अम्ल अधिक सान्द्र, और अधिक सान्द्र हो जाते हैं, जबतक कि अंततः वे शाब्दिक रूप में उसको जला कर उसमें छेद कर देते हैं। इसके बाद, जो लोग उन्नति करना चाहते हैं और दूरानुभूति, अतीन्द्रियज्ञान, मनोमिति, और बाकी सब कुछ करना चाहते हैं, उन्हें वास्तव में सुनिश्चित होना चाहिए कि वे अपने स्वभाव में संतुलन लायें। इसे पोषित किया जा सकता है!

एक व्यक्ति मूड़ी (moody), विषादी, अनिश्चित हो जायेगा। उस व्यक्ति के साथ रहना, वास्तव में, मुश्किल होगा। कोई घटना, जिस पर दूसरा आदमी ध्यान नहीं देगा, या ध्यान नहीं दे रहा होगा,

इस पर हंसेगा, विषादयुक्त और मूड़ी व्यक्ति के लिए ये काफी असहनीय होगी और मिरगी (hysteria) के दौर भी पैदा कर सकती है या आत्महत्या को भी उत्तेजित कर सकती है। ऐसी चीजें होती हैं!

क्या आप जानते हैं कि मिरगी क्या है ? ये एक चीज है, जो सक्रियरूप से किसी व्यक्ति के यौन विकास के साथ जुड़ी होती है। मिरगी, महिलाओं के महत्वपूर्ण अंगों और उनके कार्यों में से एक के साथ, संबंधित है और अक्सर किसी व्यक्ति का गर्भाशय विच्छेदन होगा, जो कई बार, शरीर के क्रियाकलापों में बदलाव लाते हुए, उनको बुरी तरह प्रभावित करता है। कई वर्षों पहले, लोगों का विश्वास था कि मिरगी केवल औरतों को होती है, परंतु अब वे भलीभाँति जानना शुरू कर रहे हैं क्योंकि, हर पुरुष में थोड़ी सी महिला और हर महिला में थोड़ा सा पुरुष होता है और दोनों उल्लेखनीयरूप से समान होते हैं। अब यह ज्ञात है कि प्रत्येक लिंग में कुछ अंशों तक दूसरे लिंग के अंग भी होते हैं। तब मिरगी आजकल आदमियों और औरतों दोनों की ही बीमारी है! मिरगी उन चीजों को काफी हद तक रोकने वाली है, जो गूढ़विज्ञान कराता है। यदि कोई व्यक्ति (स्वयं को), अपनी मनोदशा और मस्तिष्क से निकलने वाली विद्युतीय विकास के विस्तृत उतार-चढ़ाव को सौंप देता है, तब वह व्यक्ति निश्चितरूप से, अपने आपको आकाशीय यात्राओं, अतीन्द्रियज्ञान, दूरानुभूति, और अमूर्तभौतिकी की अन्य घटनाओं से रोक देगा। हमको सम स्वभाव का होना चाहिए! हम गूढ़विज्ञान के साथ व्यवहार कर सकें, इससे पहले हमको संतुलित होना पड़ेगा। पर्याप्त उल्लेखनीय रूप से, अनेक लोग, अतीन्द्रियज्ञान या दूरानुभूति वाले लोगों को, अवसादी या कल्पनाशील व्यक्तियों के रूप में, या कुछ-कुछ वैसे ही स्वभाव वाले, देखते हैं। वे दूरानुभूतिसम्पन्न और अतीन्द्रियज्ञानी लोगों को असंतुलित लोगों के रूप में देखते हैं। सत्य से परे कुछ नहीं होता! केवल झूठे अतीन्द्रियज्ञानी, धोखेबाज दूरानुभूति वाले, अवसादवादी या असंतुलित हो सकते हैं क्योंकि, कैसे भी, वे झूठे और धोखेबाज होते हैं, उनके मानसिक स्वास्थ्य की दशा, किसी प्रकार भी, विषय के साथ सहनशील नहीं होती! हम अधिक निश्चय के साथ यह कहते हैं कि कोई दूरानुभूति वाला, केवल तभी अतीन्द्रियज्ञानी हो सकता है, जबकि मन, पूरी तरह से सामान्यरूप से काम कर रहा हो और मस्तिष्क तरंगें अच्छी तरह से समान और अक्षुब्ध हों। मस्तिष्क तरंगें सपाट होनी चाहिए, अर्थात् उसमें कहीं अचानक चोटी (peak) या नति (dip) नत करते हैं कि उनकी पूरी ऊर्जा, मस्तिष्क की पूरी शक्ति "प्रयास," में लग जाती है, और "प्राप्त करने के लिये" कुछ नहीं बचा रहता। यदि आप अत्यधिक परिश्रम करेंगे तो ये निचले गियर में कार को दौड़ाने के समान है। सब प्रकार की गड़बड़, और छींटे डालना, और मुश्किल से ही कोई प्रगति करना।

मन की शक्ति

दुर्भाग्यवश, किसी चीज को, जिसको वह चाहता है, उसे पाना, ये किसी के लिये संभव है। प्रकृति के, अथवा, यदि आप चाहें, गूढ़विज्ञान के, कुछ नियम हैं, जो किसी के लिये सफलता या धन प्राप्ति को संभव बनाते हैं, यदि वे सामान्य नियमों का पालन करें। हमने इस पूरे पाठ्यक्रम में, ये दिखाने का प्रयास किया है कि गूढ़विज्ञान, जिसका वास्तविक अर्थ है "वह जो अज्ञात है," पूरी तरह से इन संवेदनशील नियमों का और विधियों का पालन करता है और ऐसी चीजों के बारे में, कुछ भी रहस्यमय नहीं है। उस उद्देश्य के लिये हम आपको ये बताने जा रहे हैं कि आप जो चाहते हैं, उसे कैसे प्राप्त किया जाये !

हमें कहने दें, हाँलांकि, जब हम ये कहते हैं "आप जो चाहें पायें (get what you want)" हम जोर डाल कर कहते हैं, और पुनः जोर डाल कर कहते हैं कि, प्रत्येक को केवल आध्यात्मिक मूल्यों के लिये ही तरसना चाहिये, किसी को, अपने अगले जीवन में मूल्यों को बढ़ाने के लिये, हर समय दृढ़ निश्चय के साथ, कार्य करना चाहिये। "दस या बीस लाख लोग", अधिक उपयोगी होंगे, हमें इससे सहमत होने देने में जल्दी करें, परन्तु ये फैलाव और भ्रम ही होगा यदि हम "दस या बीस लाख" लोग

अगले जीवन की कीमत पर पायें। पृथ्वी पर हमारा रहना अस्थायी है, और हम फिर कहते हैं कि इस पृथ्वी पर हमारा प्रत्येक प्रयास, कुछ सीखने और अपने आप में सुधार लाने के लिये होना चाहिये ताकि जब हम अगले जीवन में जायें, हमारा मूल्य बढ़ जाये। तब हम आध्यात्मिकता के लिये तरसें, हमको तरसना चाहिये कि हम दूसरों के प्रति दया और वास्तविक विनम्रता दिखा सकें, जिसे लज्जा या शील के साथ गलत नहीं समझा जाना चाहिये, परन्तु विनम्रता वह है, जो हमें ऊपर चढ़ने में मदद करती है।

हर चीज गतिशील है, पूरा जीवन गति है, मृत्यु भी गति है क्योंकि कोशिकायें टूट रहीं हैं और दूसरे यौगिकों में बदल रही हैं। हमको हर समय याद रखना चाहिये कि किसी भी कसे हुए रस्से के ऊपर, कोई भी स्थिर नहीं रह सकता, उसको आगे या पीछे जाना ही होगा। हमारे प्रयास आगे चलने के होना चाहिये, अर्थात् हमको आध्यात्मिकता में, दयालुता में, दूसरों के प्रति समझदारी में, आगे बढ़ना चाहिये, पीछे नहीं, जहाँ पर हम पैसे झटपटनेवाले लोगों में, वे जो आध्यात्मिकता की धनाढ्यता के लिये तरसने के बजाय, दुनियांवी अधिकारों से चिपक जाते हैं। परन्तु—हम आपको बतायें कि आप जिसकी इच्छा रखते हैं, उस सब को कैसे पाया जा सकता है।

मन हमको, हम जो चाहें, वह सब दे सकता है, यदि हम इसे होने दें। अवचेतन में अत्यधिक शक्तिशाली शक्तियाँ छिपी हुई हैं। दुर्भाग्यवश, अधिकांश लोगों को ये नहीं सिखाया जाता है कि अवचेतन को किस प्रकार संपर्क किया जाये। हम 1/10 चेतना में, और वह भी अपनी अधिकतम 1/10 क्षमताओं के साथ कार्य करते हैं। अपने अवचेतन को, अपनी तरफ संरेखित (align) करने के द्वारा, हम चमत्कार प्राप्त कर सकते हैं, जैसे कि पुराने जमाने के पैगम्बर (prophets) करते थे।

आलसी रूप में और बिना विशिष्टता के प्रार्थना करना बेकार होता है। खाली दिमाग के साथ प्रार्थना करना बेकार है, क्योंकि, यदि कोई ऐसा करता है तो उसी के शब्द, उसके दिमाग में गूँजेगे। अपने मस्तिष्क का उपयोग करें, अपने मन का उपयोग करें, अवचेतन की महान संभावनाओं का उपयोग करें। कुछ अलंघनीय (invulnerable) चरण हैं, जिनका पालन हमेशा किया जाना चाहिये। पहले पक्के तौर से निश्चित करें कि आप क्या चाहते हैं, पूरी तरह निश्चित हों। जो आप चाहते हैं उसका आपको पता होना चाहिये, आपको कहना चाहिये जो आप चाहते हैं, और आपको उसको कल्पना में देखना चाहिये। आप ठीक से क्या चाहते हैं ? यह कहने का कोई अर्थ नहीं होगा कि आप काफी धन चाहते हैं, यह कहने का कोई अर्थ नहीं होगा कि आप एक नई कार, एक नई पत्नी या एक नया पति चाहते हैं। आपको एकदम सही-सही कहना चाहिये कि वह क्या है, जो आप चाहते हैं। आपको इसे कल्पना में-अपने मन में, चित्र के रूप में-देखना चाहिये और इस चित्र को अपने सामने पक्का पकड़ें। यदि आप पैसा चाहते हैं, पूरे निश्चितरूप से ये बतायें कितना, ये एक निश्चित राशि होनी चाहिये। “लगभग पाँच लाख रुपये” ऐसा नहीं चलेगा, ये निश्चित होना चाहिये। तथापि, यदि आप चतुर हैं, तो आप धन के संबंध में इतना परेशान नहीं होंगे। शुद्ध चीजों के विषय में, आप गांधी, बुद्ध, ईसा, संत पीटर, किसी भी संत जैसा होना चाहेंगे। जब आप इस जीवन को छोड़ेंगे, आप मूल्य, जो आपके लिये उपयोगी हों, पाने के लिये तड़पेंगे।

जब आप यह तय कर लें कि आप क्या चाहते हैं तो आप दूसरे चरण पर आयें। हम पहले ही आपको बता चुके हैं कि आपको देना चाहिये ताकि आप कुछ प्राप्त कर सकें। आप क्या देने जाने वाले हैं ? यदि आप एक निश्चित राशि के धन के लिये कह रहे हैं (और ये राशि ठीक-ठीक बताई जानी चाहिये) आप क्या उसका तिथे (tithe), जो वास्तव में, उस धन का दसवाँ भाग होता है, देने के लिये तैयार हैं ? क्या आप दूसरे लोगों को, जो इतने अधिक भाग्यशाली नहीं हैं जितने कि आप, मदद करने के लिये तैयार हैं ? यह कहना निरर्थक होगा “हाँ, जब मुझे पैसा मिल जायेगा, तो मैं इसका दसवाँ हिस्सा दे दूंगा।” आपको दूसरे लोगों की मदद करना शुरू करना चाहिये, आपको उन लोगों की मदद

शुरू करनी चाहिये, जो इसकी आवश्यकता में हैं। यदि आप ऐसा करेंगे तो आप “दें ताकि आप प्राप्त कर सकें (Give that you may receive)” की भावना में रह रहे होंगे। फिर, आपको निश्चित होना चाहिये, और आपको पूरी तरह से सुपरिभाषित होना चाहिये। तीसरी चीज है—क्या आप पैसा या कार चाहते हैं, या नया पति या पत्नी ? ये कहना काफी नहीं है कि आप इसे अनिश्चित भविष्य में किसी समय चाहते हैं, और वास्तव में यह कहना भी बकवास है कि आप इसे तुरंत चाहते हैं क्योंकि, कुछ भौतिक नियम हैं, जिनको तोड़ा नहीं जा सकता। किसी भी भगवान के लिये यह संभव नहीं है कि आपके प्रतीक्षारत हाथों में वह सोने की ईंट टपका दे, और यदि किसी अवस्था में ये ईंट आपके ऊपर गिरी, तो आपकी कुछ अंगुलियाँ कुचल जायेंगी। आपके द्वारा निश्चित की गई समय सीमा, भौतिक रूप से साध्य होनी चाहिये। आप, उदाहरण के लिये, कह सकते थे कि आपको अमुक अमुक महीने में, अमुक अमुक साल में धन चाहिये, परन्तु आपको यह नहीं कहना चाहिये कि अगले पाँच मिनट में आपका भाग्य पायेंगे क्योंकि ये प्रकृति के नियमों के विरुद्ध होगा, और ये आपकी विचार शक्ति को शून्य बना देगा।

आप अपनी महत्वाकांक्षाओं को महसूस करने के लिये क्या करने जा रहे हैं ? मात्र उदाहरण की दृष्टि से—मानते हुए कि आप नई कार चाहते हैं। ठीक है, सबसे पहले, क्या आप इसे चला सकते हैं ? एक नई कार के लिये इच्छा रखना, जबतक कि आप उसे चलाना नहीं जानते, वास्तव में, एक निम्न बिन्दु होगा। आप एक नई कार ले आने का, पक्के तौर पर निश्चय कर चुके हैं, इसलिये, पहले कार चलाने के पाठ सीखें। तब आप कार की उस किस्म को, उन सारी चीजों को किस्मों को तय करें, जो आप चाहते हैं। यदि आप पति या पत्नी की इच्छा रखते हैं तो ये सुनिश्चित करें कि आप उस साथी के लिये पूरी तरह सही फिट हों, सुनिश्चित करें कि आप देने और लेने के नियम को समझते हैं और आप शादी की सफलता में, हिस्सा बँटाने के लिये तैयार हैं क्योंकि आपकी शादी, मात्र केवल लेना ही लेना और देना कुछ नहीं, नहीं है। जब आप किसी साथी को प्राप्त करते हैं, आपको भी उस साथी को, दूसरे व्यक्ति को, कुछ देना होता है। जब आप विवाहित हो जाते हैं, तो आप व्यक्ति के रूप में समाप्त हो जाते हैं और आप दो व्यक्तियों की समस्यायें, चिन्तायें और आनन्द प्राप्त करते हैं; संतुष्ट रूप से आशा करने के पहले और प्रसन्न विवाह जीवन के पहले, आपको ये निश्चित करना होगा कि आप स्वयं भौतिक, मानसिक और आध्यात्मिक रूप से, एक संतोषजनक साथी के रूप में, सक्षम हैं।

पाँचवीं चीज के रूप में, हम ये कहने जा रहे हैं कि लिखे हुए शब्द बोले हुए शब्दों के तुलना में अधिक शक्तिशाली होते हैं, जबकि दोनों मिलकर एक न हारने वाला संयोग बनाते हैं। आप जो चाहते हैं, उसे उतनी ही सरल भाषा में और स्पष्टरूप से, जितना कि आप कर सकते हैं, लिख डालें, आप जानते हैं कि आप क्या चाहते हैं, इसलिये इसे लिख डालें। क्या आप आध्यात्मिक होना चाहते हैं? आपकी आध्यात्मिकता के क्षेत्र में आपका आदर्श कौन है ? उस व्यक्ति की क्षमताओं, बुद्धि, और उसके चरित्र के दूसरे शक्तिशाली बिन्दु की गणना करें। इस पूरे को लिख डालें। यदि आप धन पाने के लिये प्रयास कर रहे हैं तो आप ठीक—ठीक राशि लिखें, जो आप चाहते हैं। लिखें, आप कब चाहते हैं, और लिखने में स्पष्ट करें कि आप दूसरे लोगों की सहायता करने वाले हैं, स्पष्ट करें कि आप तिथे देने वाले हैं। जब आप इसे पूरी तरह लिख चुकें, उतना सरल और स्पष्ट, जितना कि आप लिख सकते हैं, और अंत में लिखें “मैं दूँगा, जिससे कि मैं प्राप्त कर सकूँ।” आपको यह कहते हुए कि, आप वांछित परिणामों के लिये भी, इसके लिये कैसे काम कर रहे हैं, अत्यधिक जोर देना चाहिये क्योंकि, एकबार फिर अपने दिमाग में रखें कि आप किसी भी चीज को बिना मूल्य नहीं पा सकते, एक या दूसरे रूप में, हर चीज

का मूल्य देना होता है, मुफ्त में पाने जैसा कुछ भी नहीं है। यदि आप अप्रत्याशित रूप से, सौ डॉलर पायें तो आपको सौ डॉलर की मूल्य की सेवायें देनी पड़ेंगी। यदि आप आशा रखें कि दूसरे लोग आपको मदद करेंगे तो आप पहले उनकी मदद करें।

ये मानते हुए कि आपने यह सब लिख दिया है, अपने कथन को जोर से दिन में तीन बार, अपने लिये पढ़ें। यदि आप इसे संतोष के साथ, निजता (privacy) में, अपने कमरे में, जोर से पढ़ेंगे, एक शक्ति प्राप्त होगी। इसे सुबह अपना बिस्तर छोड़ने से पहले पढ़ें, दोपहर में खाने के समय पढ़ें, और सोने जाने से पहले, इसे रात को फिर पढ़ें। आपने अपने संकल्प को, दिन में कम से कम तीन बार, पढ़ा है जो एक मंत्र के रूप में, इस प्रकार आपका सगा हो गया है। जैसे-जैसे आप इसे पढ़ते हैं, ये महसूस करें कि पैसा या कार, या जो कुछ भी आप चाहते हैं, आपको मिल रहा है, इसके संबंध में सकारात्मक धारणा रखें, कल्पना करें कि आपके पास वांछित चीज है, कल्पना करें कि वास्तव में, ये आपकी पकड़ में है। इसके बारे में आप जितना ज्यादा शक्ति से, जिसकी आप कल्पना कर सकते हैं, सोचेंगे, सकारात्मकरूप से प्रतिक्रिया, उतनी ही अधिक होगी। ये सोचना प्रयासों की बरबादी होगी कि "ठीक है, मैं केवल आशा करता हूँ कि ऐसा होता है-मैं आशा करता हूँ कि मैं इसे पा जाऊँगा, परन्तु मुझे कुछ शक है।" तो ये आपके मंत्र को तुरंत ही निरस्त कर देगा। आपको हर समय, पूरी तरह सकारात्मक और रचनात्मक बने रहना होगा, और आपको किसी भी प्रकार के संदेह को अपने अंदर नहीं घुसने देना होगा। यदि आप इन चरणों का पालन करेंगे, तो आप अपने विचारों को अपने अवचेतन में पहुँचा देंगे, और अवचेतन आपकी तुलना में नौ गुना चतुर है ! यदि आप अपने अवचेतन में रुचि पैदा कर सकते हैं, तो आपको, जितना आप विश्वास करते हैं, संभव है उसे कहीं अधिक सहायता मिलेगी। ये समय-समय पर सिद्ध हुआ एक तथ्य है कि, जब कोई पैसा कमाता है तो दूसरा पैसा अधिक आसानी से आ जाता है। उदाहरण के लिये कोई लखपति आपको बता सकता है कि जब उसने दस लाख कमाये थे, बीस, तीस या चालीस लाख, उसके पास अपने आप आसानी से, बिना किसी अधिक परेशानी के, और केवल थोड़े से अतिरिक्त कार्य के द्वारा आते गये। जितना ज्यादा किसी के पास पैसा होता है, उतना ही ज्यादा अधिक धन उसकी ओर आकर्षित होता है। ये चुम्बकत्व के नियम की भांति कार्य करता है।

फिर से, हम आपको सावधान कर दें कि पैसे से भी अधिक मूल्यवान दूसरी चीजें हैं। एक बार हम आपको कहें कि कोई भी आदमी, इस दुनियाँ से दूसरी दुनियाँ को एक सिक्का भी नहीं ले जा सका है और जितना ज्यादा पैसा आपके यहाँ है उतना ही, आप दूसरे लोगों के लिये छोड़कर जाने वाले हैं। आप जितना ज्यादा पैसे के लिये तड़पते हैं, आप उतना ही अपने को दूषित करते हैं, और अपने आप को अभिलाषा लगाने के लिये, आध्यात्मिक मूल्यों को प्राप्त करने के लिये, उतनी ही ज्यादा मुश्किलें पैदा करते हैं। आप जितना ज्यादा दूसरों के लिये करना चाहते हैं, उतना ही ज्यादा अच्छा अपने लिये करते हैं। पृथ्वी पर जीवन कठोर है, और कठोरतम चीजों में से एक है, मूल्यों को असत्य बनाना। वर्तमान में लोग सोचते हैं कि पैसा ही वह चीज है, जिसका कोई अर्थ है, जहाँ तक हमारे पास इतना पर्याप्त है कि हम खा सकें, अपने कपड़े पहन सकें और छिपने के लिये शरणस्थल हो, उतना ही हमारे लिये काफी है। परन्तु हमको अत्यधिक आध्यात्मिकता कभी नहीं मिलेगी, हम कभी भी अपने विचारों की अत्यधिक पवित्रता, शुद्धता नहीं पा सकेंगे, हम कभी भी दूसरों की अत्यधिक सहायता नहीं कर पायेंगे क्योंकि दूसरों को सहायता करने में हम अपनी सहायता करते हैं।

हम सुझाव देते हैं कि आप इस पाठ को पढ़ें और दोबारा पढ़ें। शायद, ये अब तक का सबसे महत्वपूर्ण पाठ है। यदि आप निर्देशों का पालन करेंगे, आप पायेंगे कि आप जो कुछ भी चाहते हैं, लगभग सब कुछ आपको मिलेगा। आप क्या चाहते हैं ? चुनाव आपका होना चाहिये, क्योंकि आप जो कुछ भी चाहें वह सब आप पा सकते हैं। एक संकेतक—पैसा—इस संसार में उपलब्धि ? और तब ग्रहण और ये फिर से शुरूआत। या आप आध्यात्मिकता, शुद्धता, दूसरों की सेवा पसंद करेंगे ? पृथ्वी पर इसका अर्थ गरीबी या गरीबी के करीब हो सकता है, जो, कुल मिलाकर, धूल के उस एक धब्बे के समान है, जो खाली जगह में तैर रहा है। परन्तु इस थोड़े से, थोड़े से जीवन के बाद में महान दुनियाँ आती है, जहाँ उस राज्य में केवल शुद्धता और आध्यात्मिकता का सिक्का चलता है, जहाँ पैसा, इस विश्व के सिक्के, कोई मूल्य नहीं रखते। पसंद आपकी है, चुनाव आपका है।

पाठ तेईस

ये अत्यन्त खेदजनक है कि कुछ शब्दों ने अरुचिकर अर्थ ग्रहण कर लिये हैं। सभी भाषाओं में, अनेक शब्द हैं, जो अच्छे शब्द हैं, वर्णन करने वाले शब्द हैं, परन्तु वे दुरुपयोग के कारण, हर जगह, शायद सभी देशों में, शायद शताब्दियों में, अपने पूरी तरह बदले हुए अर्थ में प्रविष्ट हो गये हैं।

उदाहरण के रूप में, हम "मिस्ट्रेस (mistress)" शब्द का संदर्भ दे सकते हैं। मात्र कुछ वर्षों पहले—हमारे दादाओं की याददाश्त में—"मिस्ट्रेस" शब्द का अर्थ बहुत आदरसूचक, वास्तव में, एक महिला, गृहस्वामिनी, गृहस्वामी की सही सहभागी, गृहणी के रूप में जिसका आदर किया जाना चाहिये, को इंगित करनेवाला होता था। परन्तु दुरुपयोग के द्वारा, इसने एक ऐसा अर्थ प्राप्त कर लिया है, जो पूरी तरह से अलग है, जिसे वह मूलतः रखती थी।

हम पुरानी महिलाओं के संबंध में बात नहीं कर रहे हैं और न ही पुराने स्वामियों के बारे में, परन्तु ये उदाहरणों की उचित आकृति दिखाई दी क्योंकि हम इस पाठ में हम एक दूसरे शब्द के ऊपर चर्चा करने वाले हैं, जिसका अर्थ, वर्षों में होते हुए विकृत हो चुका है।

कल्पना (imagination) वह शब्द है, जो आजकल कड़वा और अभद्र हो गया है। वर्षों पहले कोई कल्पनाशील व्यक्ति, संवेदनशील विचारोंवाला हुआ करता था, जो लिख सकता था, जो संगीत या काव्य की रचना कर सकता था। वास्तव में, किसी सज्जन के लिये कल्पना धारण करना परम आवश्यक था। आजकल ऐसा लगता है कि "कल्पना" किसी वेचारी अवसादग्रस्त महिला को, जो मिरगी से पीड़ित हो या पागलपन में टूट जाने की कगार पर हो, इंगित करती है। लोग अनुभवों को भूल जाते हैं—जिनका वे—विस्मय के साथ, भलीभाँति अध्ययन कर सकते थे "ओ ये सब आपकी कल्पना है! इतने मूर्ख मत बनो!"

तब, कल्पना वह शब्द है, जिसकी इज्जत आजकल बहुत कम हो गई है, परन्तु नियंत्रित कल्पना एक चाबी है, जो तमाम अनुभवों को खोल सकती है, जो आजकल रहस्य के घूँघट में बंद है, जो अनेक लोगों के आसपास है, जब वे रहस्य के मामलों को संदर्भित करते हैं। फिर समय—समय पर ये याद रखना ठीक है कि कल्पना और अभिलाषा (will) के बीच किसी भी युद्ध में, ये कल्पना ही है, जो हमेशा जीतती है। लोग अपने ऊपर, अपनी इच्छा शक्ति के ऊपर, अपने अजेय साहस के ऊपर, इस तथ्य के ऊपर कि उन्हें कोई चीज डरा नहीं सकती, गर्व करते हैं। वे ऊबे हुए श्रोताओं को विश्वास दिलाते हैं कि वे अपनी अभिलाषा या इच्छाशक्ति से कुछ भी कर सकते हैं। इस मामले का पूरा सच यह है कि अपनी अभिलाषा के साथ वे कुछ नहीं कर सकते, जबतक कि कल्पना ऐसा करने की इजाजत देने के लिये सहमत न हो। अभिलाषा की अत्यधिक शेखी मारनेवाले ये लोग, वास्तव में वे हैं, जिन्होंने किसी प्रकार से (सामान्यतः संयोगवश), कल्पना को विश्वास कर लेने देने की ऐसी व्यवस्था कर ली है कि "इच्छा शक्ति" की एक अच्छी खुराक, इस विशेष उदाहरण में, उपयोगी होगी। हम दोहराते हैं, और कोई भी सक्षम अधिकारी हमारे साथ सहमत होगा कि कल्पना और इच्छा शक्ति के मामले में, बिना किसी अपवाद के, ये कल्पना ही है, जो हमेशा जीतती है। इससे अधिक कोई शक्ति नहीं है।

क्या आपको अभी भी संदेह है कि आप स्वयं कुछ चीजों को करने की इच्छा करते हैं, जबकि आपकी कल्पना आपको ऐसा नहीं करने देना चाहती? इस पर विचार करें; हम एक काल्पनिक समस्या को रखें क्योंकि काम करने का यही आधुनिक ढंग दिखाई देता है!

हमारे सामने यातायात विहीन एक गली है। वहाँ आसपड़ौस में कोई यातायात नहीं है, वहाँ कोई उत्सुक दर्शक नहीं है, इसलिये पूरी गली में अकेले हम ही हैं। यदि आप चाहें, एक फटपाथ से दूसरे फुटपाथ के बीच, हम लगभग दो फीट या तीन फीट चौड़े रास्ते को पेंट कर दें। यातायात को वंचित करने के विचार से परेशान हुए बिना या दर्शकों की तीखी निगाहों से परेशान हुए बिना, दो या तीन

फुट चौड़े किसी फुटपाथ पर चलने में आपको हल्की सी भी परेशानी नहीं होगी और न हिचक होगी और आप संयत ढंग से सड़क पर चल सकेंगे। इससे आपकी सांसों की गति नहीं बढ़ेगी। ये सबसे आसान चीज होगी, जो आपने इससे पहले देखी होगी और जिसको करने के लिये कहा होगा। क्या आप अभी तक हमारे साथ सहमत हैं ?

बिना किसी भय का विचार अपने में लाये, आप इस पेंट किये गये बगल के रास्ते पर चल सकते हैं क्योंकि जमीन आपको नीचे नहीं खींचने वाली है, आप जानते हैं कि भूकम्प के मामले को छोड़कर या आपके सिर पर गिरती हुई इमारत को छोड़कर, आप पूरी तरह सुरक्षित हैं, और यदि किसी दुर्भाग्य के कारण आप जमीन पर गिर पड़ें तो कोई बड़ा नुकसान नहीं होगा क्योंकि आप खुद की ऊँचाई से आगे नहीं गिर सकते।

अब इस चित्र को कुछ बदलकर देखें। हम कहें कि आप अभी भी सड़क पर हैं, और हम एक इमारत की ओर जा रहे हैं, जो लगभग बीस मंजिल ऊँची है। हम स्वचालित सीढ़ियों में अंदर जायेंगे और उस प्लेट की सुन्दर छत के ऊपर की ओर चलेंगे। जब हम छत पर खड़े हों और सड़क पर देखें, हम पायेंगे कि हम दूसरी बीस मंजिली इमारतों, जो आरपार हैं, के लगभग समान तल पर हैं। यदि हम, ऊपर या नीचे, अपने नीचे सड़क पर, दीवार की तरफ देखें तो हम उस पेंट की हुई रेखा को देख सकेंगे, जो हमने बनाई थी। अब-अब, हम एक दो या तीन फुट चौड़ा बोर्ड ले रहे हैं, दूसरे शब्दों में एक बोर्ड, जो ठीक उतना ही चौड़ा है, जितनी कि पेंट की हुई हमारी पट्टी। हम इसे सड़क के आरपार, उन दूसरी बीस मंजिली ऊँची इमारतों पर रख दें, और हम उसे इतनी अच्छी तरह से जड़ दें कि इसे हिलाया नहीं जा सकता; हम इसे इतनी अच्छी तरह से जड़ दें कि इसे किसी भी प्रकार से हिलाया या उछाला नहीं जा सकता, हम इसे पूरी सावधानी के साथ, ये देखने के लिये जाँच करेंगे कि इसमें ऐसा कुछ भी नहीं है, जो कि आपको नीचे गिरा सके या आपके कदमों को अनिश्चित बना सके।

आपके पास, अब भी रास्ते की उतनी ही चौड़ाई है, जितनी कि आधार तल पर थी। आप इस लकड़ी के बोर्ड के ऊपर चल सकते हैं, जो बीस मंजिल ऊँची सड़क पर सुरक्षित रूप से लगाया है और सड़क के दूसरी ओर, दूसरी इमारतों की छतों के ऊपर पहुँच सकते हैं ? यदि आप कल्पना करें, मानें कि आप कर सकते हैं, तब वास्तव में, आप बिना किसी परेशानी के कर सकते हैं। परन्तु यदि आप सोचें कि ऐसा करना उतना आसान नहीं है तब केवल इसके विचार के ऊपर, आपकी नब्ज बढ़ जायेगी, आप "पेंट में तितलियाँ उड़ती हुई" अनुभव करेंगे, आप इससे भी अधिक खराब भी महसूस कर सकते हैं! परन्तु क्यों ? आप पहले ही सड़क पर चल चुके हैं, तो आप अब इस सुन्दर सी, पक्के बोर्ड के ऊपर क्यों नहीं चल सकते ? उत्तर है, वास्तव में, क्या आपकी कल्पना ने काम करना शुरू कर दिया है। आपकी कल्पना बताती है कि यहाँ खतरा है, कि यदि आप फिसले, यदि आप अटके, डगमगाये, आपके कदम बोर्ड के किनारे से हटे, तो आप बीस मंजिल नीचे गिर कर नष्ट हो जायेंगे। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आपको कोई कितना भी आश्वासन देने की कोशिश क्यों न करे, जब तक कि आपकी कल्पना को आश्वासन नहीं दिया जा सकता, आपकी इच्छा शक्ति का कोई भी अंश आपकी मदद नहीं कर सकता। यदि आप अपनी अच्छा शक्ति पर जोर डालने का प्रयास करें, आप एक मानसिक अवसाद, पा सकते हैं, आप परेशान होंगे, कांपने लगेंगे, पीले पड़ जायेंगे और आपकी सांस खर्राटेदार हांफती हुई हो जायेगी।

हमारे पास, अपने शरीर में, अंदर बना हुआ, एक निश्चित तरीका है, जो हमें खतरों से रोकता है, मनुष्य के तंत्र में कुछ स्वचालित सुरक्षा व्यवस्था है, जिससे कोई, सामान्यतः, इन मूर्खतापूर्ण खतरों में नहीं पड़ता। कल्पना अधिकांशतः, इसे किसी व्यक्ति को, उस पट्टी पर चलने के लिये, असंभव बना देती है और कितना भी कहने पर कोई व्यक्ति, ये समझने में सक्षम नहीं होगा कि इसपर चलना वास्तव में, पूरी तरह सुरक्षित है। आपको ये कल्पना करने की आवश्यकता है कि आप इसे कर सकते हैं। जबतक

कि आप, वास्तव में, अपने आपको उस पट्टी पर चलाने की, उस पर चलने की, और पक्के रूप से चलने की, और विश्वासपूर्वक पार करने की, कल्पना नहीं कर लें, तबतक आप इसे पार नहीं कर सकते।

यदि कोई स्वयं के प्रति किसी चीज को करने की इच्छा करे, तब, जब उसकी कल्पना कहती है, "नहीं" तब वास्तव में, कोई व्यक्ति अपने अवसाद के साथ टूटने (nervous breakdown) की, कोई जोखिम नहीं लेता, क्योंकि हम एकबार फिर से दोहरा रहे हैं कि कल्पना और इच्छा शक्ति के युद्ध में हमेशा कल्पना ही जीतती है। हमको किसी तरफ धकियाती हुई, किसी की नसों को तोड़ सकते हैं, किसी के स्वास्थ्य को तोड़ सकते हैं, जबकि खतरे के सभी सिग्नल, हमारे अंदर चिपके हुए हैं।

कुछ लोग, एक कब्रिस्तान में आधी रात में अकेले सड़क पर चलने में, निराश होकर डरे हुए होते हैं। यदि ऐसा मौका पड़े, जब उनको रात को कब्रिस्तान में होकर जाना पड़े, वे महसूस करते हैं कि उनकी खोपड़ी में खुजलाहट हो रही है, उनके रोंगटे खड़े हो जाते हैं और उनकी हथेलियों पर पसीना आ जाता है और हर दृष्टि ऊँची हो जाती है, हर प्रभाव अतिशयोक्तिपूर्ण हो जाता है, और वे वास्तव में, एक भूत-प्रेत के दिखाई देने पर, उससे भागने की पुकार लगाते हुए, किसी अनिष्टकारी घटना की सुरक्षा के प्रति, बंध जाते हैं।

लोग जो अपने कामों को पसंद नहीं करते परन्तु वे काम उन्हें जबरदस्ती करने पड़ते हैं, अक्सर भागने की आदत बना लेते हैं। इनमें से "पलायन करने की कुछ व्यवस्थाएँ" कुछ खराब परिणामों की ओर ले जाती हैं। वे छद्मरूप में बरदान सिद्ध हो सकते हैं क्योंकि यदि, चेतावनियों पर ध्यान नहीं दिया गया तो मानसिक टूटन हो सकती है। हम यहाँ, एक वास्तविक उदाहरण, जो हमें अच्छी तरह ज्ञात है, जोड़ने जा रहे हैं। हम उदाहरण को जानते हैं, हम आदमी को जानते हैं और हम उसका परिणाम भी जानते हैं। वह इसप्रकार है :-

हमारी पहचान वाला यह व्यक्ति, काफी लंबे समय तक खड़ा रहा। वह काफी लंबी मेजों में से एक पर खड़ा रहा और ऑकड़ों की पुस्तिका में प्रविष्टियाँ करता रहा। उसका कार्य ऐसा था कि उसे खड़ा रहना पड़ता था, कार्य को बैठे हुए कर नहीं किया जा सकता था। वह व्यक्ति अपने काम में दक्ष था, वह इन आंकड़ों के लिये ठीक था, परन्तु उसमें एक भय था; उसको वास्तविक रूप से, निराशापूर्ण ढंग से, ये भय था कि किसी दिन, कैसे भी वह गलती करेगा और शायद, गबन के मामले में, अपने नियोक्ता द्वारा दोषी ठहरा दिया जायेगा। वास्तव में, वह व्यक्ति बुरी तरह से ईमानदार था, वह उन बिरले व्यक्तियों में से एक था, जो ईमानदारी के कठिन कार्य को करते हैं, उन व्यक्तियों में से एक, जो किसी होटल से एक कागजी दियासलाई के पैकेट तक को नहीं उठाते या बस में किसी सीट पर छोड़े हुए अखबार तक को नहीं रखते। परन्तु फिर भी, उसका नियोक्ता, उसकी इस ईमानदारी को नहीं जानता था, और इस बात से, वह अपने काम को, वास्तव में, बुरा महसूस करता था।

वह अधिक, और अधिक, दुखी होते हुए, अधिक और अधिक, बेचैन होते हुए वर्षों तक काम करता रहा। उसने अपने काम को बदलने के लिये, अपनी पत्नी से चर्चा की, परन्तु उसने इसके प्रति कोई सहानुभूति नहीं दिखाई, इसलिये उसने इसी काम पर जाना जारी रखा। परन्तु कल्पना को तो अपना काम करना था; पहले उस आदमी के पेट में फोड़ा हुआ। सावधानीपूर्वक ध्यान देने से और खुराक से, इस फोड़े का इलाज हो गया, और वह—फिर से काम पर, मेज पर खड़े होने के काम पर, वापस लौटा। एक दिन उसको ऐसा लगा कि यदि वह खड़े होने की क्षमता नहीं रखता, तो वह इस काम को जारी रखने में सक्षम नहीं रह सकेगा।

कुछ सप्ताहों के बाद, फोड़ा उसके पैर में पैदा हुआ। कुछ दिनों के लिये, वह लंगड़ाकर काम पर गया और उसने काफी कष्ट उठाया, परन्तु फोड़ा गहरा था, इसलिये उसे कुछ समय के लिये बिस्तर में पड़े रहना पड़ा। बिस्तर में रहते हुए—अपने कार्यालय से दूर रहते हुए, उसकी स्वास्थ्य लाभ

करने की गति काफी तेज थी, और तब वह वापस अपने काम पर गया। उसका अवचेतन मन, हर समय उसको कोस रहा था। उसने कारण प्रस्तुत किये, उसने कुछ इस तरह से सोचा; “ठीक है, मैं एक पैर में शिकायत के साथ रहते हुए, इस भयानक काम से बाहर आता हूँ, उन्होंने शीघ्रता से मेरा इलाज कर दिया, इसलिये अब मुझे, पैर की सबसे खराब शिकायत पैदा करनी चाहिये।”

कुछ महीनों बाद, वह आदमी, अपने आप को ठीक मानते हुए लौटा, इस बार उसके घुटने पर, उसको दूसरा फोड़ा हो गया। ये इतना खराब फोड़ा था कि वह अपने घुटने को नहीं चला पाता था। अंत में उसे अस्पताल ले जाया गया, और चूंकि वह फोड़ा बहुत खराब हो चुका था, इसलिये उसे शल्य क्रिया करानी पड़ी। इसके बाद, उसे इलाज करके अस्पताल से छुट्टी दी गई और वह अपने काम पर फिर वापस गया।

अब उसके अंदर, काम के प्रति घृणा उत्पन्न होती जा रही थी। शीघ्र ही इस बार, घुटनों और टखनों के बीच, दूसरा फोड़ा पैदा हुआ, इसबार ये इतना खराब था—उसने इलाज के सभी प्रयासों का विरोध किया—इससे उसकी टाँग, घुटनों पर से काटनी पड़ गई। इस बार अपने पूरे आनन्द के साथ ये कहते हुए कि उसका नियोक्ता उसे वापस काम पर नहीं लगायेगा, क्योंकि वह किसी अपंग को आसपास नहीं रखेगा, एक अपंग, जो हमेशा बीमार पड़ता रहता हो!

अस्पताल के डॉक्टर उसके बारे में, इस प्रकरण के बारे में, काफी कुछ जानते थे, इसलिये उन्होंने इस आदमी के लिये, कुछ दूसरा काम करने की व्यवस्था की, ऐसा काम, जिसमें अस्पताल में रहते हुए उसका मन लगता था। ये अपंगों को निर्देश देने जैसा काम था। उसने इस काम को पसंद किया और इसमें काफी सफलता पाई। अब उसे, किसी गलती के ऊपर, जो उसे गबन का आरोपी बना देती, जेल में जाने का कोई डर नहीं था। इसलिये उसका स्वास्थ्य सुधर गया, और, जहाँ तक ज्ञात है, वर्तमान समय तक, वह अपने इस काम को कर रहा है और इसमें सफलता प्राप्त कर रहा है।

यह अत्यधिक अति का एक मामला है, सत्य, परंतु हम प्रतिदिन उच्च रक्तचाप वाले व्यापारियों को देखते हैं, जो अपने कार्यों के डर में, अपने मालिकों के डर में, या “छवि बिगड़ने” के डर में, उच्च आंतरिक दबावों में काम करते हैं और आँतों के घाव के रूप में पलायन चाहते हैं। पेट के फोड़े, वास्तव में, कार्यकारी लोगों की (executive's) शिकायतें जानी जाती हैं।

कल्पना, एक सम्राज्य को उलट सकती है, ठीक वैसे ही, कल्पना, एक साम्राज्य को बना सकती है। यदि आप अपनी कल्पना को पोषित करेंगे और इस पर नियंत्रण रखेंगे तो आपको, जो चाहेंगे वही मिलेगा। अपनी कल्पना को बलपूर्वक कुछ कहना संभव नहीं है, यह कहना संभव नहीं है कि उसे क्या करना चाहिए क्योंकि मित्रवत् कल्पना, एक मित्रवत् हठी खच्चर की तरह होती है! आप किसी खच्चर का नेतृत्व कर सकते हैं परंतु उसको चलने को मजबूर नहीं कर सकते। इसीप्रकार, आप कल्पना का नेतृत्व तो कर सकते हैं परंतु उसे चला नहीं सकते। यहाँ अभ्यास की आवश्यकता होती है, परंतु यह किया जा सकता है।

ठीक है, आप अपनी कल्पना को नियंत्रित करने के लिए क्या कर रहे हैं? ये केवल आस्था का, अभ्यास का मामला है। किसी स्थिति के ऊपर, जो आपके भय या अरुचि को उत्तेजित करती है, विचार करें, और तब, अपनी कल्पना के पीछे पड़ते हुए कि आप किसी चीज को कर सकते हैं, इस पर ध्यान दिये बिना कि दूसरे कर या नहीं कर सकते, उसे आस्था के द्वारा विजित करें। यदि आप चाहें, आप अपने पीछे पड़ें कि, आप किसी विशेष प्रकार के प्राणी हैं, जबतक कि आप अपनी कल्पना को अपनी तरफ से काम में नहीं लगाते, इसका कोई प्रभाव नहीं पड़ता कि, आप अपने लिये कौन सी विधि अपनाते हैं। अब हम, सड़क को पार करने के संबंध में, अपने मूल उदाहरण की तरफ वापस चलते हैं, हम ये निश्चय करें कि हम सड़क को, दो फुट चौड़ी पट्टी पर, आराम से पार कर सकते हैं। तब आस्था के द्वारा, ये सोचते हुए कि हम दूसरों की तरह नहीं हैं, हम अपनी कल्पना, कि हम पट्टी को पार

कर सकते हैं, के पीछे पड़ सकते हैं भले ही वह जमीन से बीस मंजिल ऊँची ही क्यों न हो।

ऐसे सोचें—स्वयं को कहें कि कमोवेश, एक मस्तिष्कहीन बंदर, बिना किसी डर के, उस पट्टी को पार कर सकता है। कौन अच्छा है, आप या मस्तिष्कहीन बंदर? यदि एक मस्तिष्कहीन बंदर या एक व्यक्ति, जो लगभग बेवकूफ है, उस पट्टी को पार कर सकता है तब निश्चितरूप से, उससे अधिक अच्छे व्यक्ति आप, भी ऐसा कर सकते हैं। ये मात्र अभ्यास का, आस्था रखने का प्रश्न है। भूतकाल में, कसे हुए रस्से पर चलने वाले ब्लोन्डिन (Blondin) जैसे अनेक प्रसिद्ध व्यक्ति हुए हैं, जिन्होंने नियागरा जलप्रपातों (Niagara falls) को कई बार पार किया। ब्लोन्डिन केवल एक साधारण मनुष्य था, जिसकी अपनी क्षमताओं में पूरी आस्था थी, उसकी आस्था थी कि वह पार कर सकता है, जबकि दूसरे नहीं। वह जानता था कि केवल वह चीज, जिससे उसे डरना चाहिए था, डर था, वह जानता था कि यदि वह पार जाने के विश्वास भरा हुआ है तो वह उसे पार कर सकता है। कोई कारण नहीं, यदि वह एक पहिये की गाड़ी को खींच रहा हो या उसकी आँखों पर पट्टी बंधी हो।

हम सभी समान प्रकार के अनुभवों को पाते हैं। हम एक लंबी सीढ़ी पर चढ़ते हैं, और जहाँ तक हम देख पाते हैं, हम डर अनुभव नहीं करते हैं परंतु जैसे ही हम नीचे देखते हैं, विचार हमारे अंदर कौंधता है कि यदि हम सीढ़ी के नीचे गिर जाएँ, और तब कुचले जाएँ, हम कुछ गलत घपला कर सकते हैं। तब हमारी कल्पना, हमें गिरते हुए का चित्र बनाती है, कई फुट नीचे हमारे द्वारा कीचड़ उछाले जाने का चित्र बनाती है। हमारी कल्पना, हमको सीढ़ी के साथ इतना अधिक कसकस चिपकने का चित्र बना सकती है कि हम अपने आपको, वहाँ से अलग नहीं कर सकते। मीनार की मरम्मत करने वालों (steplejacks) को इसप्रकार का अनुभव होता है!

यदि आप अपनी क्षमताओं में आस्था बनाते हुए, अपनी कल्पना को नियंत्रित करें, आप कुछ भी कर सकते हैं। आप जबरदस्ती अपनी कल्पना को जीतने में सफल नहीं हो सकते, आपकी इच्छा शक्ति का उपयोग भी, कल्पना को विजित नहीं कर पायेगा, बदले में, ये आपके अंदर एक अवसाद पैदा करेगा। एकबार फिर स्मरण रखें कि आपको हमेशा अपनी कल्पना का नेतृत्व करना चाहिए, कल्पना को नियंत्रित करना चाहिए। यदि आप अपनी कल्पना को चलाने का प्रयत्न करेंगे, आप असफल हो जायेंगे। यदि आप अपनी कल्पना का नेतृत्व करने का प्रयत्न करेंगे तो आप उन सब चीजों को कर पायेंगे, जो आपके लिए असंभव नहीं होतीं। सबसे पहले, यद्यपि विश्वास करें कि “असंभव” जैसी कोई चीज नहीं होती।

पाठ चौबीस

लोगों ने कर्म के नियम के संबंध में सुना होगा। दुर्भाग्यवश, अमूर्तभौतिकी के इन तमाम मामलों में, संस्कृत या ब्राह्मण नाम दिए गए हैं। ठीक वैसे ही, जैसे कि चिकित्सीय पदों (medical terms), शरीर रचना से संबंधित पदों (anatomical terms) और, वास्तव में, अनेक वैज्ञानिक पदों (scientific terms) के नाम लैटिन (Latin) भाषा में होते हैं। लैटिन नाम, किसी प्रकार के फूल, या एक गांठ (bulb), या किसी मांसपेशी या धमनी की क्रिया को इंगित करते हैं। इनका उद्देश्य, मूलतः काफी पहले प्रारंभ हुआ। काफी वर्षों पहले, डॉक्टरों ने अपने ज्ञान को अपने तक ही सीमित रखने का प्रयास किया, और इन दिनों के डॉक्टर केवल वे ही थे, जिनके पास किसी प्रकार की मूल्यवान शिक्षा थी। लैटिन का अध्ययन करना "आवश्यक" था और इसप्रकार, डॉक्टरों के लिए लैटिन का उपयोग, अपने तकनीकी शब्दों के अर्थ को, उन लोगों से, जो शिक्षित नहीं थे, अर्थात् जो डॉक्टर नहीं थे, छिपाने के लिये था। वर्तमान में, ये आदत आज दिन तक चली आ रही है।

वास्तव में, उन सभी तकनीकी शब्दों को, एक ही भाषा में रखने के, कुछ निश्चित लाभ हैं, क्योंकि इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि किसी वैज्ञानिक की मातृभाषा क्या है, वह अभी भी, किसी भी विदेशी वैज्ञानिक के साथ, लैटिन में, बहुत अच्छे ढंग से चर्चा कर सकता है। रेडियो परिचालक (radio operators), जहाज पर या हवाई जहाज में रहते हुए भी, इसीप्रकार का विचार रखते हैं, जब वे मौस कोड (Morse code) या जिसे "क्यू (Q)" कोड कहा जाता है, का उपयोग करते हैं। अक्सर आप ये पायेंगे कि शौकिया रेडियो (amateur radio) का आपस में उपयोग करने वाले, जो पूरे विश्व में एक-दूसरे के संपर्क में रहते हैं, ऐसे ही संकेतों का उपयोग करते हैं ताकि वे परस्पर स्पष्टरूप से संचार कर सकें, भले ही वे, दूसरों की भाषा में, एक-दूसरे का एक भी शब्द नहीं समझ पाते हों।

संस्कृत वह भाषा है, जो पूरे विश्व के अग्रणी गूढ़ विज्ञानियों को आती है, इसलिये यदि कोई "कर्म" का संदर्भ देता है तो वह एक विशेष चित्र, जिसे हम "कारण और कार्य का नियम" नाम दे सकते हैं, पा जाता है। आप देखते हैं, कर्म विल्कुल भी रहस्यमय नहीं है, विल्कुल भी डराने वाला नहीं है। इस पाठ्यक्रम में, हम अमूर्तभौतिकी को वहाँ रखना चाहेंगे, जिसे हम तर्क का आधार समझते हैं, हम भाववाचक (abstract) शब्दों का उपयोग नहीं करना चाहते क्योंकि हमारे सोचने के तरीके के लिए अमूर्तभौतिकी में कुछ भी इतना कठिन नहीं है, जो इन शब्दों के प्रयोग को रोक सके, जो सामान्यतः, वास्तव में, किसी के अर्थ को छिपाकर रखते हैं।

हम अपने अमूर्तभौतिकी के संकेतार्थ (connotation) में से "कर्म के नियम" को लें, हम अमूर्तभौतिकी के बारे में भूल जाएँ और बदले में देश के नियम के ऊपर विचार करें। यहाँ हमारा आशय है:-

अमुक नन्हे जोनी को, अभी-अभी एक मोटरसाइकिल दी गयी है। उसे लगता है कि इस शक्तिशाली यंत्र के ऊपर बैठने में, और इंजन को भागने देने में और जो उसके लिये आश्चर्यजनक शोर है, करने देने में, महान रोमांच (thrill) होता है परंतु, केवल मशीन पर बैठ जाना ही काफी नहीं है। अमुक नन्हा जोनी, क्लच को डालता है और पहले शायद, संयत ढंग से (suddenly) चढ़ चलता है, परंतु जब गति का आनंद, उसके ऊपर हावी हो जाता है और वह चेतावनी के संकेतों से वेखबर, तेज, और तेज, चलता जाता है। अचानक ही, उसके पीछे हूट करने वाला शोरगुल होता है और एक पुलिस कार उसे बगल से खींच लेती है और उसे मोड़ की तरफ चलने का प्रस्ताव करती है। अमुक नन्हा जोनी, दुःखी होकर अपनी गाड़ी की गति धीमी करता है और सड़क से हट जाता है, और अधिक उदासी के साथ, पर्याप्त भय के साथ, पुलिस के सिपाही की प्रतीक्षा करता है, जो रिहायशी इलाके के अंदर, अनुज्ञप्त गति (permitted speed) से ऊपर जाने के लिए उसका चालान करने जा रहा है!

इस छोटे से साधारण उदाहरण में हमने देखा कि कुछ निश्चित नियम होते हैं, इस मामले में नियम ये था कि कोई व्यक्ति, एक निश्चित गतिशीलता से अधिक से यात्रा नहीं कर सकता। अमुक जोनी ने उस नियम को अनदेखा किया और इसका प्रतिफल, पुलिस के सिपाही के दंड के रूप में, इसप्रकार उसके सामने आया, जिसने उसका चालान किया जिससे कि अमुक जोनी को, दंड स्वरूप, अर्थदंड देना पड़ा और कानून को तोड़ने के लिए अदालत जाना पड़ा।

दूसरा उदाहरण? ठीक है! बिल जेम्स थोड़ा-सा आलसी आदमी है, वह बिल्कुल काम नहीं करना चाहता, परंतु उसकी एक बहुत खर्चीली कन्या मित्र (girl friend) है। वह इस कन्या मित्र की अभिरुचि को केवल तबतक बनाये रख सकता है जबतक कि वह उन सारी चीजों को, जो वह चाहती है, प्रदान कर सकता है। उसके लिए इससे कोई फर्क नहीं पड़ता (वह ऐसा सोचती है) कि बिल जेम्स, उन चीजों को, जिन्हें वह चाहती है, जबतक कि वे उसे मिलती रहें, कैसे लाता है, इसलिए—

एक दिन शाम को, बिल जेम्स, कुछ दुकानों को लूटने के इरादे से, ये आशा करते हुए कि काफी धन मिलेगा, ताकि वह अपनी कन्या मित्र को, जो कुछ भी वह चाहती है, खरीद सकेगा, निकला। मिक का एक कोट ? एक हीरे जड़ी हुई प्लेटिनम की घड़ी, ठीक है, कोई बात नहीं वह क्या चाहती है। बिल जेम्स, पूरी जानकारी और उसके अनुमोदन के साथ, इस चोरी को करने के लिए निकल पड़ता है। वह अत्यंत चुप्पी के साथ, ईमारतों में रेंगकर ऊपर चढ़ जाता है और चुपके-चुपके किसी तरीके से प्रवेश पा लेता है। शीघ्र ही, वह तय करता है कि वह उस खिड़की में घुस जायेगा, जो उसे बहुत शांत और बहुत आमंत्रित करती हुई लगेगी। ये खिड़की उसके लिए सुविधाजनक ऊँचाई पर है, इसलिए दक्षता के काफी अभ्यास के साथ, वह एक छोटा चाकू खिड़की के पर्दे में होकर फिराता है और कुछ माल को पकड़ लेता है। वह चौखट को आसानी से उठा लेता है, और तब एक क्षण को, सुनने के लिए, ठिठक जाता है। क्या उसने कोई शोर किया? क्या कोई आसपास है? अंत में, संतुष्ट होकर, वह अपने आपको, आसानी से ऊपर पहुँचा देता है और खुली खिड़की में होकर घुटनों के बल चलता है। वहाँ कोई ध्वनि नहीं है, कोई चीख पुकार नहीं है। बुरी तरह दबाकर पैर रखते हुए, वह भंडार में घुस जाता है और वह जिन चीजों को चाहता है, ले लेता है, अलमारियों में रखे हुए गहने, घड़ियों का एक पूरा पैकेट, और प्रबंधक के कार्यालय की तिजोरी में से नोटों की काफी गड्ढियाँ उठा लेता है। अपनी लूट पर संतुष्ट होते हुए, वह वापस खिड़की पर रेंगता है, और देखता है। वहाँ आसपास कोई नहीं है, वह अपने जूतों को पहन लेता है और ये सोचते हुए कि खिड़की से रेंगने की तुलना में, दरवाजे से निकलना काफी आसान होगा, दरवाजे की तरफ का रास्ता नापता है। संभवतः उसकी चुरायी हुई चीजों में से कुछ खराब भी हो सकती हैं, (ऐसा सोच कर) वह आसानी से, शांति से वापस लौटता है और दरवाजे बंद कर देता है और चटकनी लगाकर बाहर आ जाता है। रात के अंधेरे में थोड़े से कदम और, तभी सहसा एक कठोर स्वर कहता है, "रुको? हमने तुम्हें पकड़ लिया है!" बिल जेम्स डर के मारे जम जाता है, वह जानता है कि पुलिस हथियारधारी है, वह जानता है कि पुलिस उसे गोली मारने में संकोच नहीं करेगी। अंधेरे में से एक रोशनी निकलती है और उसके चेहरे पर पूरी तरह चमकती है। उदास होकर वह अपने हाथों को अपने सिर के ऊपर उठा देता है, आकृति स्पष्ट होती है और वह अपने आपको पुलिस से घिरा हुआ पाता है। वे शीघ्र ही, हथियारों के लिए उसकी तलाशी लेते हैं और उन सब कीमती चीजों को, जो उनके दुकान से चुराई थीं, उससे वापस ले लेते हैं। उसे प्रतीक्षा करती, खड़ी हुई पुलिस कार की तरफ ले जाया जाता है और जल्दी ही उसे एक कोठरी में बंद किया जाता है।

कुछ घंटों बाद, बिल जेम्स की कन्या मित्र, पुलिस के एक सिपाही द्वारा और पुलिस की एक महिला सिपाही द्वारा अपनी नींद से जगाई जाती है। जब उसे बताया जाता है कि उसे गिरफ्तार किया जाना है, गिरफ्तार ? वह बहुत-बहुत क्रोधित है और थोड़ी मिरगी पीड़ित नहीं है। हाँ, वास्तव में, ऐसा

करने के लिए उसे उभाड़ते हुए, और ये जानते हुए कि ऐसा करना गलत है, कन्या मित्र बिल जेम्स की सहायक थी क्योंकि तथ्यों के सामने, वह भी इतनी ही दोषी है, जितना कि बिल जेम्स।

जीवन के नियम भी इसी तरह के हैं। अब एक क्षण के लिए, इसको भौतिक विश्व से अलग हटाकर देखें और आपको बतायें कि कर्म एक मानसिक या भौतिक कार्य है, जो अच्छा या बुरा बनाता है। इस संबंध में एक विषम कहावत है “जैसा तुम बोओगे वैसा ही काटोगे (as ye sow so shall ye reap)।” इसका ठीक यही मतलब है। यदि आप खराब कर्मों को बोते हैं, तो आप खराब भविष्य को ही काटेंगे या तो अगले जीवन में या उससे अगले जीवन में, और या उससे भी अगले जीवन में। यदि इस जीवन में आप अच्छा बोयेंगे, यदि आप भलाई, दयालुता और करुणा को उन लोगों में बांटेंगे, जो आवश्यकता में हैं, जब आपका खुद की बारी दुर्भाग्य के लिए आयेगी, तब, कोई-कहीं-दूसरा, आपके लिये दयालुता, विचार तथा करुणा प्रदर्शित करेगा।

इस संबंध में कोई गलती न करें; यदि एक व्यक्ति कठिनाइयों से पीड़ित है, तब हो सकता है कि वह व्यक्ति खराब न हो, (वल्कि ऐसा) ये देखने के लिए होगा कि कठिनाइयों में, पीड़ाओं में, व्यक्ति का क्या व्यवहार होता है। ये पीड़ाओं के माध्यम से, उसकी कुछ अशुद्धियों, मानवता के कुछ स्वार्थों को, शुद्ध करने का तरीका हो सकता है। हर कोई, चाहे वह राजकुमार हो या भिखारी, उससे गुजरता है, जिसे हम जीवनचक्र, अंतहीन अस्तित्व का वृत्त कहते हैं। कोई व्यक्ति एक जीवन में राजा हो सकता है, परंतु अगले जीवन में वही, शायद काम पाने और असफल होने के प्रयास में, और जैसे कि एक पत्नी तूफान में उड़ाई जाती है, शायद डावांडोल होकर घूमने के प्रयास में, एक शहर से दूसरे शहर की तरफ, पैदल चलता हुआ भिखारी हो सकता है।

कुछ लोग हैं जो कर्म के नियम से बचे हुए रहते हैं, इसलिए आपके लिए ये कहना, “उस व्यक्ति का जीवन कितना खराब रहा है, वह अपने पिछले जीवन में अत्यंत भयानक पापी रहा होगा,” निरर्थक है। उच्च अस्तित्व (जिन्हें हम “अवतार” कहते हैं), कुछ निश्चित कार्यों, जिनको पूरा किया जा सके, को लेकर इस पृथ्वी पर आते हैं। उदाहरण के लिए, हिन्दू विश्वास करते हैं कि, भगवान विष्णु, विभिन्न समयों पर, इस मानवता में एकबार फिर से, सत्य और धर्म की स्थापना के लिए, जिसे मानव जाति बहुत जल्दी ही भूल जाने के लिये उद्यत रहती है, इस संसार में आये²⁶। ये अवतार, या प्रगति किए हुए (विकसित) प्राणी, शायद गरीबी के उदाहरण के रूप में, परंतु ये दिखाने के लिए कि, करुणा के माध्यम से, उस ढंग से जिसे पीड़ाओं के प्रति असरहीन कहा जाता है, क्या किया जा सकता है, अक्सर जन्म ग्रहण करेंगे। “पीड़ा से वचाव (immunity to suffering)” के बारे में, सत्य से परे कुछ नहीं हो सकता, क्योंकि अधिक सूक्ष्मतर पदार्थ (finer material) के प्राणी होने के कारण, अवतार, अधिक तीव्रता के साथ, पीड़ाओं को सहन करते हैं।

अवतार इसलिये उत्पन्न नहीं होता क्योंकि, उसे उत्पन्न होना है। वह इसलिए पैदा नहीं होता कि उसने अपने कर्मों का भुगतान करना है। इसके बजाय, वह पृथ्वी पर सशरीर आत्मा के रूप में आता है, उसका जन्म उनकी स्वतंत्र इच्छा का परिणाम होता है, या कुछ निश्चित अवस्थाओं में, वह पैदा नहीं भी हो सकता है, वह दूसरे के शरीर को भी ले सकता है। हम धार्मिक विश्वासों के मामले में, किसी दूसरे के दानों (corns) के ऊपर नहीं चलना चाहते परंतु यदि कोई ईसाई बाइबिल को समीप से पढ़ेगा, वह समझ सकेगा कि जीसस (Jesus), (नामक) आदमी, जोसेफ और मैरी (Josef and Mary) से पैदा हुआ था, परंतु समय के पूरा होने पर, जब जीसस वयस्क आदमी था, जीसस जंगल की सघनता में घूमता रहा और ईसा की आत्मा-भगवान की आत्मा-अवतरित हुई और जीसस के शरीर में

26अनुवादक की टिप्पणी : यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत।

अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानमं सृजाम्यहम् ॥

(गीता अध्याय 4, श्लोक 7)

तथा जब जब होइ धरम के हानी। बाढ़हि असुर अधम अभिमानी॥ (राम चरित मानस, बालकाण्ड दोहा 120)

वैदिक धर्म में शाक्यमुनि के रूप में भगवान बुद्ध को भगवान विष्णु का दसवाँ अवतार माना जाता है।

प्रविष्ट हो गई। दूसरे शब्दों में यह वह मामला था, जिसमें एक आत्मा आई और उसने जोसेफ और मैरी के पुत्र के रूप में, जीसस के इच्छुक शरीर को, अपने अधिकार में ले लिया।

यद्यपि, हम इसका उल्लेख करते हैं, क्योंकि हम इस पर विचार नहीं करना चाहते कि कुछ लोग दुर्भाग्य और गरीबी के लिए कोसे जा रहे हैं, जबकि वास्तव में, वे दूसरों को मदद करने के लिए, ये दिखाने के लिए आये थे कि दुर्भाग्य और गरीबी के द्वारा क्या प्राप्त किया जा सकता है।

हर चीज, जो हम करते हैं किसी क्रिया के रूप में परिणामित होती है। विचार, वास्तव में, एक वास्तविक बल है। आप जैसा सोचते हैं, वैसे हो जाते हैं। इसप्रकार यदि आप शुद्ध चीजों की सोचें तो आप शुद्ध हो जाते हैं, यदि आप विषय की सोचें तो आप विषयी और दूषित हो जाते हैं और आपको समय-समय पर, जबतक कि आपके अंदर की "इच्छाएँ," शुद्धता और भले विचारों के घातक आक्रमण के कारण मर न जाएँ, इस पृथ्वी पर वापस आना पड़ता है।

कोई व्यक्ति हमेशा के लिए नष्ट नहीं होता, कोई व्यक्ति हमेशा के लिए इतना बुरा नहीं होता कि उसको "कभी न समाप्त होने वाला दंड (Everlasting Punishment)" दे कर निंदा की जाए। कभी न समाप्त होने वाला दंड, पुराने जमाने के पुजारियों, जो कुछ हद तक अपने अनियंत्रित लोगों पर अनुशासन रखना चाहते थे, के द्वारा शुरू की गई एक युक्ति थी। ईसा (Christ) ने शाश्वत निंदा (eternal damnation) के सम्बंध में कभी नहीं कहा। ईसा ने सिखाया कि यदि कोई व्यक्ति पश्चाताप और प्रयास करता है, तब उस व्यक्ति को उसके अपने दोषों से "बचा" लिया जायेगा और उसे एक अवसर, और एक और अवसर, फिर दिया जायेगा।

तब कर्म, वह प्रक्रिया है, जिसमें हम कर्ज लेते और उसका भुगतान करते हैं। यदि आप किसी दुकान में जायें और कुछ माल का आदेश दें, तब आप कुछ कर्ज ले रहे हैं, जिसका उस राज्य के सिक्कों के रूप में भुगतान किया जाना है। जबतक आपने उस सामान के लिये भुगतान नहीं किया है, तबतक आप ऋणी हैं, और यदि उन चीजों के लिये, जिनके लिये आप दे सकते हैं, आप भुगतान नहीं करते, कुछ देशों में दिवालिया होने के कारण, आप गिरफ्तार किये जा सकते हैं। सामान्य व्यक्ति, औरत एवं बच्चे द्वारा, हर चीज का भुगतान किया जाना होता है, केवल अवतार ही, पृथ्वी पर, कर्म के इन नियमों से बंधा हुआ नहीं होता। इसलिये, जो अवतार नहीं हैं, उनको अच्छा जीवन जीने की कोशिश करनी चाहिये, ताकि वे अपने पड़ाव में कुछ कमी कर सकें, क्योंकि दूसरे ग्रहों और अस्तित्व के दूसरे तलों में, काफी अच्छा (जीवन) है।

हमें उन लोगों को क्षमा कर देना चाहिये, जो हमारे विरुद्ध उल्लंघन (trespass) करके जाते हैं, और हमको उन लोगों से क्षमा मांगनी चाहिये, जिनके विरुद्ध हमने उल्लंघन किया है। हमको हमेशा याद रखना चाहिये कि अच्छे कर्म का सुनिश्चिततम तरीका है कि हम दूसरों के साथ वैसा व्यवहार करें जैसा कि हम उनसे आशा करते हैं।

कर्म एक मामला है, जिससे हम में से केवल कुछ लोग भाग ही सकते हैं। हम कर्जा लेते हैं, हमें उसका भुगतान करना पड़ता है, यदि हम दूसरों के साथ अच्छा करते हैं, उन्हें हमारे साथ अच्छा वापस करना चाहिये। हमारे लिये अच्छा प्राप्त करना अच्छा है, इसलिये हमें सभी प्राणियों के प्रति, ये ध्यान रखते हुए कि ईश्वर की निगाह में सभी आदमी एक समान हैं और उस महान परमात्मा की निगाह में सभी प्राणी एक समान हैं, वे बिल्ली, घोड़ा या जो कुछ भी आप उन्हें कहें, हो सकते हैं, अच्छी करुणा और दया का व्यवहार करना चाहिये, कोई बात नहीं वे किन्हीं भी प्रजातियों (species) के क्यों न हों।

भगवान, ऐसा कहा जाता है, रहस्यपूर्ण तरीके से काम करता है। उसके किये कामों में, आश्चर्य होते हैं। भगवान के ढंगों पर प्रश्न उठाना, हमारा कार्य नहीं है, परन्तु हमें आवंटित गई समस्याओं पर काम करना और उन्हें हल करना, हमारा दायित्व है, क्योंकि उन समस्याओं को हल करने में और

संतोषजनक समाधान तक लाने में, हम कर्म का भुगतान कर सकते हैं। कुछ लोगों के रिश्तेदार, जिनके साथ वे कभी रहे हों, बीमार होते हैं, कुछ लोग इन बीमारों को अपने साथ रख रहे होते हैं, और वे सोचते हैं, “क्या मुसीबत है! ये अपनी दुर्बलता से मर क्यों नहीं जाता ?” वास्तव में, उत्तर है कि दोनों ही अपने-अपने सुनियोजित जीवनकाल में कार्य कर रहे हैं, अस्तित्व की योजना के अनुसार कार्य कर रहे हैं। व्यक्ति, जो बीमार की देखभाल कर रहा है, हो सकता है कि उसने मात्र इसी उद्देश्य से आने के लिये योजना बनाई हो।

हमें हर समय, उन लोगों के प्रति विशेष ध्यान, विशेष जुड़ाव, महान समझ रखनी चाहिये, जो बीमार, दुखी या परेशान हैं, हो सकता है कि उनकी देखभाल करना और उनके साथ समझदारी रखना, यही हमारा काम हो। किसी थकाऊ व्यक्ति की, एक धैर्यहीन हावभाव के साथ, उपेक्षा कर उसे दूर भगा देना, अत्यधिक आसान है परन्तु वे जो बीमार हैं, अधिकांश रूप से, बहुत संवेदनशील होते हैं, वे अपनी अक्षमताओं को अनुभव करते हैं, और वे अच्छी तरह जानते हैं कि वे रास्ते में हैं और अवांछित हैं। हम फिर आपको वास्तव में, वर्तमान में, पृथ्वी पर चीजें जैसी हैं, का ध्यान दिलाते हैं कि प्रत्येक व्यक्ति, जो यथार्थतः रहस्यविज्ञानी है, प्रत्येक व्यक्ति, जो रहस्यविज्ञान की प्रमुख कलाओं को भलीभांति कर सकता है, में कुछ भौतिक अपंगतायें होती हैं। इसलिये किसी बीमार व्यक्ति की सहायता की किसी प्रार्थना को, घृणा करते हुए, बुरे तरीके से टुकरा देने में, हो सकता है कि आप एक ऐसे व्यक्ति को, जो बहुत-बहुत दूर तक, इतना अधिक प्रतिभा सम्पन्न है, जितनी कि आप कल्पना कर सकें, झटक रहे हों।

फुटबाल में, या ऐसे किसी भी श्रमसाध्य खेल में, हमारी कोई रुचि नहीं है, परन्तु हम आपसे ये प्रश्न पूछना चाहते हैं। क्या आपने कभी मजबूत तूफानी खिलाड़ी या ऐसे खिलाड़ी के बारे में, जो अतीन्द्रियज्ञानी था या इस विश्व को कुछ सिखा सकता था, सुना है। मनुष्य शरीर को, अक्सर, भौतिक अपंगता के तरीके से सुधारा जाता है ताकि ये एक औसत आदमी की तुलना में, अधिक ऊँची आवृत्ति के कंपनों को प्राप्त कर सके, इसलिये ऐसे बीमार लोगों के लिये संवेदना प्रदर्शित करें, क्या आप करेंगे? किसी बीमार व्यक्ति से अधीर न हों, क्योंकि बीमार व्यक्ति के पास अनेक समस्यायें होती हैं, जिनसे आप परिचित भी नहीं हैं। इसका एक स्वार्थी पहलू भी है। बीमार व्यक्ति, आपकी तुलना में अधिक उन्नत भी हो सकता है। आप, जो स्वस्थ हैं, और ऐसे बीमार व्यक्ति की मदद करने में, आप वास्तव में, अत्यन्त अधिकता के साथ (immensely), स्वयं को मदद कर रहे हैं।

पाठ पच्चीस

क्या आप कभी, अचानक ही, अत्यधिक सदमे से, किसी अत्यधिक प्रिय व्यक्ति से वंचित हुए हैं ? क्या कभी आपने अनुभव किया है कि सूर्य कभी बादलों के पीछे से दोबारा कभी नहीं, कभी नहीं, चमकने के लिये वापस आया। किसी व्यक्ति की हानि, जो वास्तव में प्रिय है, दुखांत होती है, आपके लिये दुखदायी, उसके लिये भी दुखदायी “जो पहले ही जा चुका है” यदि आप अनावश्यक खींचतान करते जायें।

इस पाठ में, हम उन लोगों के बारे में बात करने जा रहे हैं, जो सामान्यतः दुखी, उदास, माने जाते हैं। परन्तु यदि, हम चीजों का वैसे सम्मान करें, जैसे हमें करना चाहिये, हमको दिखाई देना चाहिये कि मृत्यु, वास्तव में, शोक मनाने का समय नहीं होता, वास्तव में, दुख मनाने का समय नहीं होता।

हम पहले ये देखें कि क्या होता है जब हम जानते हैं कि हमारा कोई प्रिय व्यक्ति, उस चरण में, जिसको इस पृथ्वी पर लोग “मृत्यु” कहते हैं, गुजर गया है। हम अपने सामान्य तरीके से, संभवतः किसी परवाह या खीज के द्वारा कष्टरहित, चले जा रहे हैं। तब अचानक ही एक आकस्मिक और पूर्णतः अप्रत्याशित घटना की तरह (like a bolt from the blue), हमको सूचना मिलती है कि यह प्रिय व्यक्ति अब हमारे साथ नहीं रहा। तुरंत ही हमारी धड़कन बढ़ जाती है, हम महसूस करते हैं कि हमारी आँखों की अश्रुग्रंथियाँ, अपने अंदर के तनाव से मुक्त होने के लिये, आँसू बहाना शुरू कर देती हैं। हम पाते हैं कि हम चटकीले गुलाबी सुखद रंगों को, अब और अधिक नहीं देखते, बदले में हर चीज उदास और दुखभरी दिखाई देती है, हर चीज दुखी दिखती है। मानो कि अचानक ही ग्रीष्म का एक चमकीला दिन, पूर्ण मध्यशीत के, घटाटोप से घिरे हुए आकाशों से बदल दिया जाता है।

एकबार फिर, हम अपने पुराने मित्रों, इलेक्ट्रॉनों की तरफ आते हैं, क्योंकि जब हम अचानक ही दुखी होकर, दुख के साथ परेशान होते हैं, हमारे मस्तिष्कों में पैदा होने वाला वोल्टेज बदलता है, ये वास्तव में, इसके प्रवाह की दिशा भी बदल सकता है ताकि, यदि हम पहले इस दुनियों को “ प्रफुल्ल, सकारात्मक आशावादी दृष्टिकोण से (through rose coloured spectacles)” देख रहे थे, तब, इस दुखभरी खबर को पाने के बाद, हम दुनियों को ऐसे दृष्टिकोण से देखते हैं, जो हर चीज को उदास एवं अवसादग्रस्त बना देता है। इस लौकिक तल में, ये मात्र एक स्वाभाविक दैहिक (physiological function) कार्य है, लेकिन सूक्ष्मलोक में हम, जबरदस्त खिंचाव, जो हमारा भौतिक वाहन हमें तब देता है, जब हम किसी का, कुल मिलाकर, जो महान जीवन, सुखतर जीवन है, उसमें अभी नया ही उगा है, अभिनन्दन करने के लिये जाने का प्रयास करते हैं, के कारण भी अवसादग्रस्त होते हैं।

वास्तव में, ऐसा कहा जाता है कि किसी प्रिय मित्र को, किसी बहुत दूर देश के लिये बिदाई देना दुखदायी है परन्तु पृथ्वी पर, हम इस विचार के साथ कि हम उसे हमेशा पत्र लिख सकते हैं, तार भेज सकते हैं, या टेलीफोन भी कर सकते हैं, अपने आप को सांत्वना दे देते हैं। दूसरी तरफ तथाकथित “मृत्यु,” संवाद के लिये हमको किसी प्रकार का स्थान नहीं छोड़ती। क्या आप सोचते हैं कि “मृतक” पहुँच के परे है ? आप महानरूप से और आनन्दितरूप से गलती पर हैं। हम आपको बताते हैं कि विश्व के सम्मानित वैज्ञानिक केन्द्रों में कई सम्मानीय वैज्ञानिक हैं, जो वास्तव में, एक उपकरण, जो उन लोगों के साथ संवाद स्थापित करने में सक्षम होगा, जिनको हम “अशरीरी आत्माएँ (disembodied spirits)” कहते हैं, पर कार्य कर रहे हैं। ये केवल खयाली पुलाव (pipe dream) नहीं है, न ही ये कोई विलक्षण विचार है, ये एक समाचार है, जो काफी वर्षों में फैलाया गया है और

नवीनतम वैज्ञानिक रिपोर्टाज के अनुसार, अंत में, कुछ आशा है कि ऐसे विकास, जल्दी ही सार्वजनिक ज्ञान, सार्वजनिक संपत्ति होंगे। परन्तु, इससे पहले कि हम उन लोगों के संपर्क में आ सकें, जो हमारी तात्कालिक पहुँच के बाहर गुजर चुके हैं, हम उनकी सहायता करने के लिये बहुत कुछ कर सकते हैं।

जब कोई व्यक्ति मरता है उसके शारीरिक क्रियाकलाप, अर्थात् भौतिक शरीर का वास्तविक कार्य, धीमा पड़ जाता है और अंत में रुक जाता है। इस पाठ्यक्रम के प्रारंभिक चरण में हम देख चुके हैं कि मानव मस्तिष्क, जब ऑक्सीजन से वंचित हो, केवल कुछ मिनटों के लिये जिंदा रह सकता है। तब इस शरीर के भागों में से, मानव मस्तिष्क, मरने के लिये, पहला होता है। स्पष्टरूप से, जब मस्तिष्क मर जाता है, मृत्यु पूरी तरह से अपरिहार्य हो जाती है। हमारे पास इसको बताने के लिये एक विशिष्ट कारण है, जो बहुत समय से चला आ रहा मामला दिखाई देता है।

मस्तिष्क की मृत्यु हो जाने के बाद, मस्तिष्क के निर्देशों और निर्देशन से वंचित दूसरे अंग, खामोशी में दब जाते हैं, अर्थात्, ये एक ऐसी मोटर कार की तरह से हो जाते हैं, जिसके ड्रायवर ने उसे छोड़ दिया हो। ड्रायवर ने इग्नीशियन का बटन बंद दिया है और वाहन को छोड़ दिया है। इंजन अपने खुद के संवेग के कारण, कुछ झटके दे सकता है और तब धीमे-धीमे कार ठण्डी पड़ जाती है। जैसे ही ये ठंडी पड़ती है, किसी को, सिकुड़ती हुई धातु से, थोड़ी सी घुर्राहट और चीखों की आवाज होती है। ऐसा ही मनुष्य शरीर के साथ है—उस अवस्था में, जिसे हम विघटन (dissolution) कहते हैं, चूँकि एक अंग, दूसरे के पीछे चलता है, वहाँ अनेक चीखें और अनेक घुरघुराहट और मांसपेशियों की खुजलियाँ (प्रतीत) होती हैं। लगभग तीन दिन के समय में, सूक्ष्मशरीर पूरी तरह से और हमेशा के लिये, अपने भौतिक शरीर से नाता तोड़ लेता है। धीमे-धीमे, रजत तन्तु, जिसे हम सूक्ष्मशरीर कह सकते हैं, की जड़ें, भौतिकशरीर में जमाता है, ठीक वैसे ही नष्ट हो जाता है जैसे कि, जब किसी बच्चे को, उसकी गर्भनाल काट दिये जाने के बाद, उसकी मां से अलग किया जाता है, उसकी गर्भनाल, नष्ट हो जाती है। कमोवेश तीन दिन के लिये, सूक्ष्मशरीर, उस सड़ते हुए भौतिकशरीर के आसपास ही मंडराता रहता है।

एक व्यक्ति जो मर चुका है, उसका अनुभव कुछ-कुछ इस प्रकार का (होता) है; संभवतः दुखी होते हुए रिश्तेदारों अथवा मित्रों से घिरा हुआ व्यक्ति बिस्तर में है। तभी एक सिहरन भरी सांस, गले में अटकती है और मृत्यु की अंतिम खड़खड़ाहट (rattle) होती है और तब अंतिम कठोर सांस, दांतों में होकर, बाहर निकाली जाती है। दिल, एक क्षण के लिये दौड़ता है, धीमा पड़ता है, फड़फड़ाता है और—हमेशा के लिये, स्थाई रूप से रुक जाता है।

शरीर में विभिन्न प्रकार के स्पंदन (tremors) होते हैं, धीमे-धीमे शरीर ठण्डा पड़ता जाता है, परन्तु एक अतीन्द्रियज्ञानी, मृत्यु के क्षण में स्वयं देख सकता है कि भौतिक वाहन से एक छायामयी आकृति उभरती है और चांदी की धुन्ध की तरह से ऊपर की तरफ तैरती है, मृत शरीर के ठीक ऊपर रहती हुई तैरती है। तीन दिन के समय के बाद, दोनों शरीरों को जोड़ने वाली रजत तन्तु, जहाँ से ये शरीर में प्रवेश करती है, गहरा जाती है, अंत में काली हो जाती है। तब कोई व्यक्ति ऐसा प्रभाव पाता है कि, तन्तु के उस भाग से, जो अभी भी शरीर से जुड़ा हुआ है, कुछ धूल उड़ रही है। अंत में तन्तु ढीला पड़ जाता है और सूक्ष्मशरीर ठीक से ऊपर उठने के लिये और ऊपर सूक्ष्मलोक के जीवन का परिचय पाने के लिये स्वतंत्र हो जाता है और पहले, यद्यपि, उसे नीचे अपनी लाश, जिसमें वह रहा करता था, को देखना होता है। अक्सर सूक्ष्मशरीर, अर्थी जो कब्रिस्तान या मुर्दाघाट की ओर ले जाई जा रही होती है, के साथ रहता है और वास्तव में, अपनी अंत्येष्टि की विधि का साक्षी होता है। इसमें इसके

द्वारा पैदा किया गया कोई कष्ट नहीं होता, कोई दुख नहीं होता, कोई झंझट नहीं होता, क्योंकि इस पाठ्यक्रम में निहित ज्ञान (अथवा ऐसे ही किसी अन्य ज्ञान) के द्वारा तैयार नहीं किये गये एक व्यक्ति के मामले में, सूक्ष्मशरीर, आधे सदमे जैसी स्थिति में होता है। ये उसी तरह से, कफन में (रखी) लाश के पीछे चलता है, जैसे कि डोरी के दूसरे सिरे पर बंधी पतंग, एक छोटे बच्चे के पीछे चलती है, या अधिकांशतः उसी तरीके से, जैसेकि गुब्बारा, खुद को खींचने वाली कार के पीछे चलता है, जो उसे भागने से रोकती है। यद्यपि शीघ्र ही, ये रजत तन्तु—अब अधिक समय के लिये रजत नहीं रहता—चला जाता है, और तब सूक्ष्मशरीर ऊपर जाने के लिये, और अधिक ऊपर जाने के लिये, और अपनी दूसरी मृत्यु की तैयारी के लिये, मुक्त हो जाता है। ये दूसरी मृत्यु, पूर्ण और पूरी तरह से कष्ट रहित है।

दूसरी मृत्यु से पहले, व्यक्ति को स्मृति के हॉल में जाना, और जो भी उसके जीवन में हुआ, उसे देखना पड़ता है। आपको स्वयं के अलावा, किसी और के द्वारा न्याय नहीं दिया जाता, और वहाँ कोई महान न्यायाधीश, आपसे अधिक कठोर कोई न्यायाधीश भी नहीं होता। जब आप, खुद को सभी सुन्दर अहंकारों से नंगे होते हुए देखते हैं, सभी झूठे मूल्य, जो इस पृथ्वी पर आपके प्रिय थे, आप पायेंगे कि तमाम धन, जो आपने अपने पीछे छोड़ा, के बावजूद, कुल मिलाकर सभी नियुक्तियों, जो आपने कभी प्राप्त की थीं, उस स्थिति के बावजूद, आप उतने महान नहीं हैं। अधिक, अधिक आवृत्ति के साथ, सर्वाधिक निचली नम्रता, और धन में सबसे गरीब, सर्वाधिक संतोषजनक और उच्चतम निर्णय प्राप्त करता है।

स्वयं को स्मृतियों के हॉल (Hall of Memories)²⁷ में देख चुकने के बाद, तब आप “दूसरे लोक” के उस भाग में, जिसे आप अपने लिये सबसे अधिक उचित समझते हैं, चलते हैं। आप नर्क में नहीं जाते, हमारा विश्वास करें, जब हम कहते हैं कि नर्क—हमारा प्रशिक्षण स्कूल, पृथ्वी पर ही है!

आप शायद जानते होंगे कि पूर्व के लोग, महान रहस्यवादी, महान शिक्षक, कभी भी अपने वास्तविक नाम को नहीं जानने देते हैं क्योंकि नामों में अत्यधिक शक्ति होती है, और यदि सभी और विविध, किसी के नाम के सही कंपनों में, उसको मिल सकें, तब किसी को प्रबलरूप से, पृथ्वी पर टकटकी लगाने के लिये वापस खींच लिया जाता है। पूर्व के कुछ भागों, और पश्चिम के भी कुछ भागों में, भगवान को, “वह जिसका नाम नहीं पुकारा जा सकता”, के रूप में जाना जाता है। ऐसा इसलिये है कि यदि हर कोई भगवान को पुकारता रहे, तब इस विश्व का नायक, अत्यधिक शोकजनक काल में होगा।

अनेक गुरुओं ने एक नाम धारण किया, जो उनका खुद का नहीं है, एक नाम जो उल्लेखनीयरूप से, उनके असली नाम के उच्चारण से काफी अलग है। नामों के बारे में, याद रखें, ये एक कंपनों, अनुनादी और सुरों से बने हुए होते हैं, और यदि किसी को, जो उसके खुद के कंपनों के अनुनादी संयोग, कहा जाता है, से बुलाया जाता है, तब वह उस काम से अत्यधिक अन्यमनस्क होता है, जो उस समय वह कर रहा हो।

उन लोगों के लिये जो “गुजर गये हैं,” अनुचित रूप से दुख मनाना, उनको दुख पैदा करता है, उनको पृथ्वी लोक पर पीछे की तरफ खींचा जाता हुआ अनुभव कराता है। ये ऐसा ही है जैसे एक आदमी, जो पानी में गिर गया है, अपने तरबतर कपड़ों और भारी जूतों से अपने आपको पीछे खिंचता हुआ महसूस करता है।

²⁷अनुवादक की टिपिणी : यही बात न्यूटन ने अपनी पुस्तकों " The Journey of Souls" तथा " The Destiny of Souls" में कही है। डाक्टर न्यूटन, सम्मोहनशास्त्री (hypnotist) हैं, जिन्होंने अनेक मरीजों को सम्मोहित कर के, उन के पिछले जन्मों का तथा दो जन्मों के बीच अंतराल में आत्मा की स्थिति का अध्ययन किया है।

हम कंपनों के इस मामले में, दोबारा विचार करें क्योंकि इस पृथ्वी पर, और वास्तव में, किसी अन्य तथा सभी दूसरे लोकों में भी, कंपन ही जीवन का निचोड़ हैं। हम कंपनों की शक्ति का, एक अत्यन्त साधारण उदाहरण जानते हैं; सैनिक, जो कदमताल करते हुए चल रहे होते हैं, जब वे किसी पुल को पार करते हैं, उन कदमों को तोड़ देते हैं, और अव्यवस्थित ढंग के कदमों से चलते हैं। हो सकता है कि पुल भारी से भारी यांत्रिक यातायात को झेलने में सक्षम हो, हो सकता है कि ये शोर मचाते हुए, दौड़ते हुए, बख्तरबंद टैंकों को गुजारने के लिये, पार ले जाने के लिये सक्षम हो, या ये रेल की पूरी गाड़ी का भार उठाने के लिये सक्षम हो, और वह इस भार के कारण, बतायी गयी सीमा से अधिक विचलित नहीं होगा। फिर भी, आदमियों के एक टुकड़ी, कदमताल में, इस पुल के ऊपर होकर गुजरेगी तो इसमें संवेग उत्पन्न हो जायेगा, जो पुल को उछाल देगा और अंत में वह टूट जायेगा।

हम कंपनों के सम्बन्ध में दूसरा उदाहरण, एक वायलिन वादक का दे सकते हैं; यदि वह अपनी वायलिन लेता है, वह, कुछ सेकण्डों के लिये एक ही धुन बजाते हुए, शराब के किसी गिलास को कंपन कराकर तोड़ते हुए, ले सकता है, इसका परिणाम होगा कि कोंच का गिलास, आश्चर्यजनक रूप से तेज विस्फोट के साथ टूट जायेगा।

हमारे उदाहरण में, कंपन करते हुए सैनिक एक सिरे पर हैं, और दूसरे सिरे पर ? हम ओम पर विचार करें। यदि कोई, "ओम मनी पद्मे हुम" एक निश्चित ढंग से कहे और कुछ मिनटों तक कहता ही रहे तो वह ऐसे कल्पनातीत शक्तिशाली कंपन उत्पन्न कर सकता है। इसलिये—ध्यान रखें कि नाम शक्तिशाली चीजें होती हैं, और वे जो गुजर चुके हैं, अनुचितरूप से नहीं बुलाये जाने चाहिये, न उनको किसी दुख या परेशानी में पुकारा जाना चाहिये, क्योंकि हमारे दुख को उन्हें दण्डित करने और उनको पीड़ा देने की इजाजत क्यों मिलनी चाहिये ? क्या वे यहाँ पहले से ही काफी पीड़ा नहीं झेल चुके हैं ?

हम आश्चर्य कर सकते हैं कि हम इस पृथ्वी पर क्यों आते हैं और मृत्यु को क्यों झेलते हैं, परन्तु उत्तर है कि मरना किसी व्यक्ति को परिशुद्ध करता है, पीड़ायें किसी व्यक्ति को परिमार्जित करती हैं, बशर्ते ये पीड़ा अत्यधिक पीड़ा न हो, और हम आपको फिर ध्यान दिला दें कि लगभग, हर प्रकरण में (निश्चितरूप से कुछ विशेष अपवाद हैं!) न तो कोई औरत और न कोई आदमी, अधिक दुख या पीड़ा झेलने के लिये और अपनी विशेष आवश्यकताओं, परिमार्जन की तत्कालीन विशेष अवस्थाओं को उस क्षण पूरा करने के लिये, यहाँ कभी बुलाया गया। आप इसकी सराहना करेंगे कि जब आप एक महिला के बारे में, जो दुख से आहें (swoon) भर सकती है, सोचेंगे। आहें भरना, मात्र एक सुरक्षा कपाट (safty valve) है ताकि वह दुख के अत्यधिक भार से न लद जाये, ताकि उसको आहत करने के लिये कुछ न हो।

एक व्यक्ति, जो काफी पीड़ा झेल चुका है, अक्सर दुख के कारण सुन्न हो जाता है। यहाँ फिर से, सुन्नता उस व्यक्ति, जो बच गया, के प्रति एक कृपा है, जबकि दूसरा चला गया। सुन्नता, क्षति के प्रति सावधान होने के लिये और परिमार्जन की प्रक्रिया में से होकर गुजरने के लिये, शोकार्ताता (bereavedness) उत्पन्न कर सकती है, परन्तु क्षति के प्रति जागरूक होने पर, वह असहनीयरूप से पीड़ा नहीं झेलता।

व्यक्ति, जो गुजर चुका है, शोक संतप्त (लोगों) की सुन्नता से सुरक्षित किया जाता है, क्योंकि यदि सुन्नता उपस्थित नहीं होती, तो शायद शोक संतप्त, क्रंदन करने और आँसू बहाने के साथ, अपनी क्षमताओं के पूरे अधिकार में होता और उस व्यक्ति के ऊपर, जो अभी-अभी गुजरा है, अत्यधिक दबाव, अत्यधिक खिंचाव उत्पन्न कर सकता था।

समय के पूरा होने पर, हो सकता है कि हम सभी, उन लोगों के साथ, जो गुजर चुके हैं, ठीक वैसे ही संपर्क स्थापित कर सकें जैसे कि, उन लोगों से संपर्क में आने के लिये, जो विश्व के दूरस्थ स्थानों में हैं, अभी हम टेलीफोन का उपयोग कर सकते हैं।

इस पाठ्यक्रम का पूर्ण चेतनता के साथ अध्ययन करने, अपने आप में आस्था रखने, तथा इस जीवन में और आगामी जीवन में, महान शक्तियों से संपर्क रखने से, आप भी उन लोगों, जो गुजर गये हैं, के संपर्क में आने में समर्थ हो सकते हैं। अतीन्द्रियज्ञान के द्वारा, दूरानुभूति द्वारा और तथाकथित "स्वचालित लेखन (automatic writing)" से, ऐसा किया जाना संभव है। तथापि, बाद वाले में, किसी को अपने विकृत कल्पनों को, अपनी कल्पना को, नियंत्रित करना होगा ताकि संदेश, जो उसने, वास्तव में, अवचेतन मन से लिखे है, अपनी चेतन और अवचेतन अवस्था में, प्रकट न हों परन्तु बदले में सीधे उस आदमी से, जो गुजर गया है और वह हमको देख सकता है, जबकि हम में से अधिकांश उसको नहीं देख सकते, आर्ये।

अच्छी प्रसन्नता में, अच्छी आस्था में रहें, क्योंकि विश्वास करने से आपको चमत्कार प्राप्त हो सकते हैं। क्या ये नहीं लिखा है कि आस्था पहाड़ों को हिला सकती है ? निश्चितरूप से ये ऐसा कर सकती है!

पाठ छब्बीस

अब हम उन्हें बनाने वाले हैं, जिन्हें हम “सही तरह जीने के नियम (rules for right living)” का नाम देते हैं। ये पूरी तरह से मूलभूत नियम हैं, नियम, जो निश्चितरूप से किये जाने चाहिये। इनके साथ आपको अपने खुद के नियमों को भी जोड़ लेना चाहिये। पहले आप उन्हें लिखें, और तब हम उनकी अधिक सावधानीपूर्वक जाँच करने के लिये जायेंगे ताकि हमें शायद, उनके पीछे के कारणों को देखने के लिये, अच्छी अंतर्दृष्टि प्राप्त हो सके। यहाँ ये नियम इसप्रकार हैं :-

1. वैसा व्यवहार करें जैसा आप अपने प्रति चाहते हैं।
2. दूसरों के संबंध में निर्णय न लें।
3. जो कुछ करना है उसके लिये समयनिष्ठ हों।
4. धर्म के ऊपर न हसें और न दूसरों के विश्वासों के ऊपर बहस करें।
5. अपने धर्म को बनाये रखें और उनके प्रति, जो दूसरे धर्म के हैं, सहनशीलता प्रदर्शित करें।
6. जादू में हाथ डालने से दूर रहें।
7. नशा करने वाले पेय पदार्थों और दवाओं से दूर रहें।

क्या हम इन नियमों के ऊपर कुछ हद तक अधिक विस्तार से नजर डाल सकते हैं ?

हमने कहा “वैसा करें जो आप दूसरों से चाहते हैं।” ठीक है, ये काफी अच्छा है, क्योंकि यदि आपके पास अपनी सामान्य दक्षतायें हैं, तो आप स्वयं की पीठ में छुरा नहीं भौकेंगे, न ही आप स्वयं को धोखा देंगे और न ही आप स्वयं पर अधिक भार डालेंगे। यदि आप एक सामान्य व्यक्ति हैं और जितना अधिक संभव हो, स्वयं की देखभाल करना चाहते हैं, यदि आप अपने पड़ोसी की अपनी जैसी देखभाल करते हैं तो आपको इन “स्वर्णिम नियमों (Golden rules)” के अनुसार रहना होगा। दूसरे शब्दों में, वैसा व्यवहार करें, जो आप दूसरों से अपने प्रति चाहते हैं। ये सहायता करता है, ये काम करता है। दूसरे गाल को घुमाने का ये कार्य, सामान्य लोगों के प्रति कार्य करता है, यदि कोई व्यक्ति, आपके विचारों और आशय की शुद्धता को स्वीकार नहीं करता, तो आपको, दो या अधिक से अधिक तीन बार, खामोशी में पीड़ित होने के बाद, आपको इन व्यक्तियों की उपस्थिति से मुक्त रहने की भली सलाह दी जायेगी। हम, इस लोक के परे जीवन में, उन लोगों से, जो हमारे विरुद्ध हैं, वे जिनके साथ हम सामन्जस्य में नहीं हैं, नहीं मिल सकते। दुर्भाग्यवश, जब हम पृथ्वी पर हैं, हम कुछ थोड़े से डराने वाले लोगों से मिल सकते हैं परन्तु हम केवल आवश्यकता की वजह से, ऐसे लोगों के चुनाव से नहीं बच सकते। इसलिये वैसा करें जैसा कि आप दूसरों से अपने प्रति चाहते हैं और तब आपका चरित्र, बदले में, आपको अच्छी अवस्था में छोड़ देगा और सभी व्यक्तियों और सभी महिलाओं को इतना अधिक चमका रहा होगा कि आपको ऐसे मनुष्य के रूप में जाना जायेगा, जो भलाई करता है, एक व्यक्ति जो वायदे का पालन करता है, ताकि यदि आप ठगे गए हैं तो आपके साथ ठगी करने वाला, आपसे कोई सहानुभूति नहीं पा सकेगा। इस संबंध में, ये याद रखना अच्छा है कि अच्छे से अच्छा ठग, एक सेंट (cent) भी इस जीवन से बाहर नहीं ले जा सकता!

हम ये भी कहते हैं कि “दूसरों के विषय में निर्णय न करें (do not judge others)।” उस व्यक्ति के प्रति, जिसके संबंध में आपने निर्णय लिया था या जिसकी निंदा की थी, आप भी इसी अवस्था में हो सकते हैं। आप अपने खुद के मामलों में, संबंधित परिस्थितियों को जानते हैं, परन्तु कोई दूसरा नहीं जानता, वह व्यक्ति, जो आपका सबसे करीबी और सबसे प्रिय है, भी आपके आत्मा के विचार को साझा नहीं कर सकता। कम से कम इस पृथ्वी पर कोई व्यक्ति, दूसरे किसी व्यक्ति के साथ, पूरी तरह

से तालमेल में नहीं हो सकता। संभवतः आप शादीशुदा हैं, संभवतः आप अपने साथी से बहुत प्रसन्न हैं, परन्तु फिर भी, सबसे अच्छी शादी में भी, कई बार साथी वह करता है, जो दूसरे को पूरी तरह से चुभनेवाला होता है। अक्सर, किसी को अपना उद्देश्य समझाना संभव ही नहीं होता।

“अपने में से सबसे भोले व्यक्ति को सबसे पहले पत्थर फेंकना शुरू करने दो” “कॉच के घर में रहने वाले दूसरों पर पत्थर नहीं फेंकते।” ये कुछ बहुत अच्छी शिक्षायें हैं क्योंकि, कोई भी पूरी तरह से भोला नहीं होता। यदि कोई पूरी तरह से शुद्ध, पूरी तरह से भोला होता, तो वह हमारी इस खराब, पुरानी पृथ्वी पर टिक नहीं सकता था। इसलिये ऐसा कहने पर कि केवल भोला ही पत्थर फेंक सकता है, कोई भी पत्थर नहीं फेंक सकेगा।

हम काफी रुखाई से, काफी रायता फैलाते हुए इस पृथ्वी पर हैं। लोग यहाँ चीजें सीखने के लिये आते हैं, यदि उन्हें कुछ नहीं सीखना होता तो वे यहाँ नहीं आये होते। वे दूसरे अच्छे स्थानों पर चले गये होते। हम सभी गलतियाँ करते हैं, हम में से कुछ को, उन गलतियों के लिये दोषी ठहराया जाता है, जो हमने की भी नहीं हैं। हम में से अनेक, उन अच्छाइयों का श्रेय नहीं पाते, जो हमने किये हैं। क्या इसका कोई असर होता है ? बाद में, जब हम इस पृथ्वी को छोड़ देते हैं, जब हम अपने प्रशिक्षण स्कूल को छोड़ देते हैं, हम पायेंगे कि मानक (standards) वास्तव में, पूरी तरह अलग हैं, मानक न तो पाउंड स्टर्लिंग, और न ही डॉलर, न ही पैसों और न ही रुपये हैं; मानक ? तब हमारा निर्णय, अपने वास्तविक मूल्य पर किया जायेगा। इसलिये—दूसरों का निर्णय न करें।

हमारा तीसरा नियम—“जो कुछ भी आप करते हैं, उसमें समयनिष्ठ (punctual) हों” ये आपके लिये चौंका देने वाला हो सकता है परन्तु ये तर्कसंगत नियम है। लोग चीजों को करने की व्यवस्था करते हैं, लोगों की अपनी योजनायें होती हैं, और उनमें हर एक के लिये, एक निश्चित समय और स्थान होता है। समयनिष्ठ न होने पर हम अपनी योजनाओं और दूसरे व्यक्तियों के विचारों के प्रति अव्यवस्थित हो सकते हैं, समयनिष्ठ न होने पर हम, उन लोगों में, जो काफी लंबे समय के लिये हमारी प्रतीक्षा में रखे गये हैं, कुछ नाराजगी उत्पन्न कर सकते हैं और यदि हम उनमें असन्तोष और अवसाद पनपने दें तो वे व्यक्ति, जो योजना शुरू में बनाई गयी थी, उससे अलग कोई दूसरा रास्ता ले सकते हैं। इसका अर्थ है कि समयनिष्ठ न होने पर, हमने दूसरे व्यक्ति को, कोई दूसरा रास्ता अखत्यार करने के लिये मजबूर किया, जो उसने सोचा भी नहीं था और ये हमारा उत्तरदायित्व है।

समयनिष्ठ होना, ठीक वैसे ही, एक आदत हो सकती है, जैसे कि समयनिष्ठ न होना, परन्तु समयनिष्ठ होना अच्छा है। ये शरीर और आत्मा को और जीवात्मा को भी, अनुशासन में लाने के लिये आवश्यक है। समयनिष्ठ होना, अपने प्रति सम्मान दिखाता है क्योंकि, इसका अर्थ है कि, कोई अपने वचन का पालन करने में समर्थ है, और ये दूसरों के प्रति सम्मान को प्रदर्शित करता है क्योंकि, तब उस अवस्था में हम समयनिष्ठ हैं क्योंकि, हम दूसरों का सम्मान करते हैं। तब समयनिष्ठता, एक मूल्य है, जिसको बढ़ाने का लाभ बहुत अधिक है। ये वह मूल्य है, जो हमारी खुद की मानसिक और आध्यात्मिक ओहदे को बढ़ाता है।

अब धर्म के बारे में; वास्तव में, किसी दूसरे व्यक्ति के धर्म का उपहास उड़ाना गलत है। आप इस पर विश्वास करें, दूसरा उस पर विश्वास करता है। क्या इससे कोई फर्क पड़ता है कि आप ईश्वर को क्या कहते हैं। ईश्वर, ईश्वर है उसे कुछ भी कहा जाये। क्या आप एक सिक्के के दो पहलुओं के ऊपर बहस करते हैं। दुर्भाग्यवश, धर्मों के चिंतन के संबंध में—मानवता के पूरे इतिहास में, धर्मों के संबंध में काफी कुछ होता रहा है, जो केवल अच्छे विचार उत्पन्न करने वाले होने चाहिये थे।

हम कुछ हद तक, धर्म से संबंधित नियमों में क्रमांक—5 वाले, इस नियम को दोहराते हैं क्योंकि, हम कहते हैं कि किसी को भी अपने धर्म का पालन करना चाहिये। ये परिवर्तन, यदाकदा ही विद्वितापूर्ण होता है। जब हम पृथ्वी पर हैं, हम अधबीच में, जीवन के अधबीच में हैं, और अधबीच में घोड़ों को

बदलना, बुद्धिमत्तापूर्ण नहीं है!

हम में से अधिकांश, इस पृथ्वी पर अपने मन में एक निश्चित विचार के साथ आये थे। इसने हम में से अधिकांश के लिये, एक निश्चित धर्म या धर्म की एक निश्चित शाखा में विश्वास करना अपरिहार्य बना दिया, और जबतक कि कठोर से कठोर कारण न हों, किसी के धर्म को बदलना बुद्धिमत्तापूर्ण नहीं होगा।

कोई अपने धर्म को वैसे ही आत्मसात् कर लेता है, जैसे कि जवानी में भाषाओं को। ठीक वैसे ही, जैसे कि जब कोई बूढ़ा हो जाये, उसके लिये किसी भाषा को सीखना हमेशा मुश्किल है। वैसे ही, अलग धर्म की बारीकियों को, स्वयं में पचा पाने के लिये योग्य होना मुश्किल है।

किसी दूसरे धर्म वाले व्यक्ति को अपना धर्म बदलने के लिये प्रभावित करना भी गलत है। जो आपके लिये ठीक है, वह दूसरे व्यक्ति के लिये ठीक नहीं भी हो सकता है। नियम क्रमांक-2 का ध्यान करें, और दूसरों के संबंध में निर्णय न लें। जबतक आप उसकी खाल के अंदर झांककर न देखें, उसके अंदर के मन को न देखें, और उसकी आत्मा को भी न देखें, आप ये निर्णय नहीं ले सकते कि दूसरे व्यक्ति को कौन सा धर्म उचित होगा। ऐसा करने की क्षमता में कमी, वास्तव में, उसको कमजोर करना या दूसरे व्यक्ति के धर्म के मामले में हंसना, हस्तक्षेप करना, एक अविद्वितापूर्ण चीज मानी जा सकती है। हमको ठीक वैसा ही करना चाहिये, जैसा कि हमारे प्रति किया जाता है। हम पूरी तरह से सहनशीलता प्रदर्शित करते हैं, दूसरे को विश्वास करने और पूजा करने की, जैसा कि वह अपने लिये उचित समझता हो, पूरी स्वतंत्रता देते हैं। हम अपने मामलों में दखलअंदाजी के ऊपर नाराजी प्रकट करते हैं, इसलिये हमको यह अनुभव करना चाहिये कि दूसरा व्यक्ति भी इस पर नाराजी व्यक्त कर सकता है।

नियम क्रमांक-6 है, जादू में डूबने से बचकर रहें। ऐसा इसलिये है, क्योंकि जादू के अनेक तरीके नुकसानदायक होते हैं। यदि कोई बिना मार्गदर्शन के उनका अध्ययन करे तो रहस्य विज्ञान में, ऐसी अनेक-अनेक चीजें हैं, जो किसी को बहुत अधिक नुकसान पहुँचा सकती हैं।

एक नक्षत्र विज्ञानी, बिना आवश्यक सावधानियों को लिये हुए, उच्च शक्ति वाले दूरदर्शक से सीधे-सीधे नजर गढ़ाकर, वास्तव में, सूर्य के कुछ उपयुक्त छन्नक, अपने उपकरण के लेंस के सामने बिना लगाये हुए, सूर्य पर नहीं देखेगा। बेचारे से बेचारा नक्षत्र विज्ञानी भी ये जानता है कि, सूर्य पर उच्च शक्तिवाले दूरदर्शी से सीधा टकटकी लगाकर देखना, उसके अंधेपन के रूप में परिणामित होगा। ठीक उसी प्रकार, बिना किसी प्रशिक्षण के, बिना किसी निर्देशन के, रहस्य विज्ञान में कूद पडना, किसी को दिमागी टूटन के रूप में, पहुँचा सकता है या किसी को पूरी तरह से असुखद बीमारियों के चिन्हों के रूप में, मेजबान बना सकता है।

निश्चितरूप से हम, पूर्वी योगियों के अभ्यास को करने के और किसी बेचारे पश्चिमी शरीर को उन कठिन मुद्राओं में से कुछ आसनों में, पीड़ा झेलने के विरुद्ध हैं। पूर्वी शरीर के लिये, ये अभ्यास इस प्रकार बनाये गये हैं, किसी को ये मुद्राएँ एकदम शुरू के दिनों से सिखायी जाती हैं, और ये किसी को उसकी मासपेशियों को तोड़ने मरोड़ने में, बहुत बड़ा नुकसान पहुँचा सकती हैं क्योंकि इन अभ्यासों का एक यौगिक नाम है। हम सभी साधनों से, परन्तु ध्यानपूर्वक और पथ प्रदर्शन के साथ, रहस्यवाद का अध्ययन करें।

हम किसी को "मृत व्यक्तियों के साथ संप्रषेण" की, अथवा उसी प्रकार की दूसरी उल्लेखनीय प्रकार की क्रियाओं की सलाह नहीं देते। ये किया जा सकता है और वास्तव में, हर दिन किया जा रहा है, परन्तु ये वह मामला है, जो पूरी तरह से, दोनों तरफ कष्टदायक और हानिकारक है, जबतक कि इसको किसी प्रशिक्षित व्यक्ति के कुशल निर्देशन में न किया जाये।

कुछ लोग, दैनिक समाचार पत्रों को, ये देखने के लिए पढ़ते हैं कि उनका आज का भविष्यफल

क्या है! दुर्भाग्यवश, अनेक लोग, इन भविष्यवाणियों को पूरी गंभीरता से लेते हैं और अपने जीवन को उनके अनुसार ढालते हैं। भविष्यकथन, जबतक एक कुशल ज्योतिषी के द्वारा, एकदम सही जन्म के समय के आधार पर न बताया गया हो, एक निरर्थक और खतरनाक चीज है, और वास्तव में, इसके लिए अत्यधिक ज्ञान की आवश्यकता होने के कारण, और इन गणनाओं को करने में बहुत लंबा-लंबा समय लगने के कारण, ऐसे किसी ज्योतिषी की सेवाएँ बहुत महंगी होती हैं। चंद्र राशि या सूर्य राशि या किसी के बालों के रंग, या किसी के पैरों के अंगूठे ऊपर की तरफ मुड़े हुए हैं या नीचे की तरफ, को लेना काफी नहीं है। कोई एकदम सही केवल तभी कह सकता है, जबकि किसी ने काफी प्रशिक्षण लिया हो और आंकड़े सही हों। इसलिए, जबतक कि आप ज्योतिषी को जानते नहीं हैं, जिसने वह प्रशिक्षण लिया है और उसके पास धैर्य और समय उपलब्ध है, और जबतक कि आपके पास काफी धन नहीं है, जिससे कि आप उसके पूरे समय और ज्ञान का मूल्य चुका सकें, हम आपको सुझाव देते हैं कि ज्योतिष में न फसें। ये आपको नुकसान पहुँचा सकता है। बदले में, केवल यही अध्ययन करें, जो कि शुद्ध और भोला है, जैसे हम पूरी विनम्रता के साथ, ये कहने का जोखिम उठाते हैं कि ये पाठ्यक्रम, जो कुल मिलाकर, प्राकृतिक नियमों का प्रदर्शन है, नियम जो श्वसन और गमन भी को नियंत्रित करते हैं।

हमारा अंतिम नियम था "मादक पेय या मादक दवाइयों लेने से बचें (refrain from taking intoxicating drinks, or drugs)" और ठीक है, हमें इस पाठ्यक्रम के दौरान, आपको अपने अव्यवस्थित भौतिक शरीर में से—जैसा ये था—इसको स्तब्ध करते हुए, सूक्ष्मशरीर को निकालने के खतरों का अनुभव कराने के लिए, काफी कुछ कहना चाहिए था।

मादक पेय, आत्मा को नुकसान पहुँचाते हैं, वे रजत तंतु के माध्यम से भेजे जाने वाले प्रभावों को विकृत करते हैं, हमें स्मरण रखना चाहिए कि, वे मस्तिष्क, जो पृथ्वी पर, शरीर के परिचालन और इस लोक के परे ज्ञान की प्राप्ति से सम्बन्धित, केवल भेजने और प्राप्त करने का प्रसारण केन्द्र है, की मशीनी प्रक्रियाओं को अपंग बना देते हैं।

मादक दवाइयों (drugs) तो और भी खराब हैं, क्योंकि मादक दवाइयों तो और अधिक आदत बनाने वाली हैं। यदि कोई मादक दवाइयों को लेने वाला है, और तब वास्तव में, वह मादक पदार्थों, पेयों, और ड्रग्स के मिथ्या प्रलोभन के प्रभाव में, इस जीवन में सभी इच्छाओं को त्याग देता है, और मादक दवाइयों का सेवन, किसी के लिए, जन्मों जन्मों तक इसी पृथ्वी पर (आने के लिये), लिये रास्ता साफ कर सकता है, जो ऐसी-ऐसी वेवकूफी भरी आदतें हमारे अन्दर उत्पन्न कर देती हैं, जबतक कि किसी ने पूरी तरह से कर्म के ऊपर अभ्यास न किया हो।

संपूर्ण जीवन व्यवस्थित होना चाहिए, पूरे जीवन में अनुशासन होना चाहिए। एक धार्मिक विश्वास, यदि कोई अपने विश्वास से जुड़ा है, आध्यात्मिक अनुशासन की लाभदायक आकृति होता है। आजकल, विश्व के सभी शहरों में, कोई, किशोरों के गिरोहों को देखता है। द्वितीय विश्वयुद्ध के माध्यम से, घरों में पारिवारिक बंधन कमजोर पड़ गए हैं; शायद, पिता युद्ध को चले गए और माता कारखाने में काम कर रही है, और परिणाम यह है कि प्रभावित हो सकने योग्य ऐसे जवान बच्चे, किसी बड़े आदमी की निगरानी के बगैर गलियों में खेल रहे हैं, और इन नौजवान, प्रभावित हो सकने योग्य बच्चों, ने गिरोह बना लिये, उन्होंने अपनी प्रकार का अनुशासन, गिरोहों के साम्राज्यों का अनुशासन, बनाया। हमारा विश्वास है कि जबतक कि माता-पिता के प्रेम और धर्म का अनुशासन, इनको सुधार न सके, किशोर अपराध जारी रहेंगे और बढ़ते रहेंगे। यदि हम सभी, मानसिक अनुशासन में रहें तो हम उन लोगों के लिए, जिनके पास ये नहीं हैं, किसी प्रकार के उदाहरण प्रस्तुत कर सकते हैं, क्योंकि स्मरण रखें, अनुशासन अत्यावश्यक है। ये अनुशासन ही है, जो उच्च प्रशिक्षित सेना को, असंगठित भीड़ से अलग करता है।

पाठ सत्ताईस

हम अपने पुराने मित्र अवचेतन को, सामने दिखने के लिए, लाने वाले हैं, क्योंकि चेतन और अवचेतन मनो के बीच का संबंध, एक स्पष्टीकरण प्रस्तुत करता है कि सम्मोहन कैसे कार्य करता है।

हम असल में, एक में ही दो लोग हैं। इनमें से एक, दूसरे की तुलना में छोटा, दूसरे का नौवां हिस्सा, आदमी है। ये आकर्षक छोटा आदमी, जो हस्तक्षेप करना पसंद करता है, अपने को बॉस (bossy) दिखाना, और नियंत्रण करना पसंद करता है। दूसरा आदमी, अवचेतन, बिना तार्किक शक्ति वाला, एक नम्र दैत्य है। चेतन मन, तार्किक और युक्तिमय है, परंतु इसके पास स्मरणशक्ति नहीं है, अवचेतन मन, तर्क और कारणों का उपयोग नहीं कर सकता और इसके पास कोई तार्किक विधि नहीं है परंतु इसके पास स्मृति के लिए स्थान है। हर चीज जो एक व्यक्ति के साथ कभी भी हुई हो, वे चीजें भी जो जन्म से पहले हुई, अवचेतन में संभालकर रखी जाती हैं, और सम्मोहन के उपयुक्त प्रकार में, वह स्मृति दूसरों के विचार के लिए मुक्त की जा सकती है।

इस उदाहरण के उद्देश्य के लिए कोई कह सकता है कि, शरीर पूर्णरूप से एक बड़े पुस्तकालय को निरूपित करता है। सामने के कार्यालय में, या सामने वाली मेज पर, एक पुस्तकालय अधिकारी बैठती है। उसकी मुख्य विशेषता ये है कि, यद्यपि वह विभिन्न विषयों के संबंध में नहीं जान सकती, तथापि वह तत्क्षण ही जान लेती है कि चाही गई जानकारी, किन पुस्तकों में है। वह विवरण वाले कार्यों को जमा कर रखने और तब वांछित ज्ञान वाली पुस्तकों, जिन्हें लोग चाहते हैं, को निकालकर देने में कुशल है। चेतन मन के पास तर्क करने की शक्ति है (बहुधा यह गलत तर्क भी प्रस्तुत करता है) और यह तर्क का विशेषरूप अपनाता है, परंतु इसके पास स्मृति बिल्कुल नहीं होती। इसका मूल्य यह है कि जब इसे सिखा दिया जाए तो यह अवचेतन को हिला डालता है, ताकि वह स्मृति कोशिकाओं में भंडारित की गई सूचनाओं को दे सके। चेतन मन और अवचेतन मन के बीच ऐसा कुछ होता है, जिसे हम पर्दा कह सकते हैं, जो सभी सूचनाओं को, चेतन मन से, प्रभावी रूप से, अलग करके रखता है। इसका अर्थ ये है कि चेतन मन, किसी भी समय, अवचेतन मन के आस-पास जाँच-परख नहीं कर सकता। ये वास्तव में, परम आवश्यक है क्योंकि एक-दूसरे को दूषित कर सकता है। हमने कहा कि अवचेतन के पास स्मृति है परंतु तर्क नहीं। इससे स्पष्ट हो जायेगा कि यदि स्मृति को तर्क के साथ जोड़ा जा सके, तब सूचना के कुछ चेहरे विकृत हो जायेगे क्योंकि अवचेतन तर्कशक्ति के साथ, इस तरह कह सकता है, "ओह ये हास्यास्पद है! सम्भवतः ये नहीं हो सकता! मैंने तथ्यों को गलत पढ़ा हुआ हो सकता है, मैं अपनी स्मृति के खानों को खाली कर देता हूँ।" इसलिये ऐसा है कि अवचेतन तर्कहीन है, और चेतन स्मृतिहीन।

हमारे पास याद रखने के लिए दो नियम हैं:-

1 अवचेतन मन तर्कहीन है, अतः यह दिए गए सुझावों के ऊपर ही काम कर सकता है। यह केवल स्मृति को संजोये रखता है, भले ही वह कथन सत्य हो या असत्य, जो भी इसे दिया जाता है, यह ये जाँचने में सक्षम नहीं है कि सूचना सत्य है या असत्य।

2 चेतन मन, एक समय में केवल एक विचार के ऊपर ध्यान केन्द्रित कर सकता है। आप इसकी सराहना करने के लिए तैयार होंगे कि हम, प्रभावों को हर समय प्राप्त कर रहे हैं, राय बना रहे हैं, चीजों को देख रहे हैं, चीजों को सुन रहे हैं, चीजों को छू रहे हैं, और यदि अवचेतन मन असुरक्षित होता, तब हर चीज वहाँ पहुँच गई होती और वहाँ काफी निरर्थक सूचनाओं, अधिकांशतः गलत सूचनाओं के साथ, स्मृतियों की खिचड़ी बन जाती। अवचेतन और सचेतन मनो के बीच एक पर्दा है, जो इन सारे मामलों को रोकता है, जो कि पहले चेतन मन द्वारा समझे जाते हैं, उसके बाद यथास्थान रखने के लिए अवचेतन को दे दिए जाते हैं। तब चेतन मन, जो एक समय में एक ही बात के ऊपर विचार कर सकता

है, उन विचारों का चुनाव करता है, जो अधिक महत्वपूर्ण दिखाई देते हैं, विचारों की परीक्षा करता है, उन्हें तर्क या कारण के प्रकाश में, स्वीकार या अस्वीकार करता है।

आप ये शिकायत कर सकते हैं कि संभवतः ऐसा नहीं होता, क्योंकि आप व्यक्तिगतरूप से, एक ही समय में दो या तीन चीजों को सोच सकते हैं। परंतु ऐसा नहीं है; विचार, वास्तव में, काफी तेज होते हैं और ये एक स्थापित तथ्य है कि, विचार बिजली की चमक से भी अधिक तेजी से बदलते हैं, इसलिए, हालांकि, चेतनरूप से आप ये सोचते हैं कि आपके पास एक ही समय में दो या तीन विचार हैं, परंतु वैज्ञानिकों के द्वारा की गई सावधानीपूर्ण गवेषणा से ये सिद्ध होता है कि, एक समय में केवल एक ही विचार, ध्यान (**attention**) आकर्षित कर सकता है।

जैसाकि हम पहले कह चुके हैं, हम इसको स्पष्ट कर देना चाहिये कि अवचेतन मन के स्मृति कोष, हर उस चीज की जानकारी रखते हैं, जो उस विशेष शरीर के साथ कभी-भी हुई हो। यह चेतन देहली (**threshold**) या पर्दा, सूचनाओं के प्रवेश को रोकता नहीं है, हर चीज अवचेतन स्मृति में उड़ेल दी जाती है, परंतु सूचना, जिसकी तार्किक मस्तिष्क के द्वारा बारीक जाँच की जानी है, वहाँ से वापस बुला कर उस समय तक के लिये रोक ली जाती है, जबतक कि इसे पूरी तरह से मूल्यांकित नहीं कर लिया जाता।

तब हम देखें कि सम्मोहन कैसे कार्य करता है।

अवचेतन मन के पास विवेक की शक्ति, कारण की शक्ति, तर्क की शक्ति, नहीं है। इसलिए यदि हम किसी सुझाव को बलपूर्वक, उस पर्दे, जो सामान्यतः चेतन और अवचेतन के बीच होता है, के पार टूँस सकें तो हम अवचेतन को वैसा व्यवहार करने के लिए जैसा हम चाहते हैं, मजबूर कर सकते हैं! यदि हम चेतन ध्यान को, एक अकेले विचार पर, केन्द्रित करें तब हम, इस सुझाव देने की क्षमता को बढ़ा सकते हैं। यदि हम किसी व्यक्ति में ये सुझाव रखें कि उसे सम्मोहित कर दिया जाएगा, और वह विश्वास करे कि वह सम्मोहित हो जायेगा, तब वह हो जायेगा, क्योंकि वह पर्दा, अब नीचे कर दिया गया। अनेक लोग शेखी मारते हैं कि उन्हें सम्मोहित नहीं किया जा सकता, परंतु वे इस सम्बंध में, गोया कि अत्यधिक तीव्रता के साथ, वे सम्मोहन के प्रति अपनी सम्भावना को मना कर रहे हैं, वे केवल अपनी संभावना को बढ़ा रहे हैं, क्योंकि फिर से, कल्पना और इच्छा शक्ति के युद्ध में हमेशा कल्पना ही जीतती है। लोग स्वयं ही सम्मोहित नहीं होंगे। तब ये ऐसा है, यद्यपि कल्पना शक्ति, तेजी से मुंह उठाती है और कहती है, "मसखरे, तुम आसानी से सम्मोहित कर दिए जाओगे!" और वह व्यक्ति "लगभग इससे पहले कि वह जान पाये कि कुछ हुआ है, सम्मोहित हो जाता है।

वास्तव में, आप जानते हैं कि कोई कैसे सम्मोहित होता है। यद्यपि, दुबारा सम्मोहन में जाना, हमें नुकसान नहीं पहुँचायेगा। पहली चीज, जो हमें करनी है वह है कोई ऐसा तरीका, जिससे उस व्यक्ति के ध्यान को आकर्षित किया जा सके ताकि, चेतन मन, जो एक समय में एक ही विचार कर सकता है, को बंधक बना लिया जाता है और तब सुझाव अवचेतन मन में रेंग सकते हैं।

सामान्यतः, सम्मोहन कर्ता के पास, एक चमकीला बटन या कॉच का एक टुकड़ा, या कोई दूसरी युक्ति, होती है और वह अपने माध्यम को, चेतन रूप से अपने ध्यान को उस चमकती हुई चीज पर केन्द्रित करने के लिए, और इसप्रकार ध्यान को बिना विचलित किये हुए, चीज के ऊपर केन्द्रित करने के लिए कहता है। हम दुहराते हैं कि, इस पूरे का उद्देश्य है, चेतन मन को व्यस्त रखना ताकि वह उन निश्चित क्रियाकलापों, जो उसके पर्दे के पीछे हो रहे हैं, पर झांक न सके!

सम्मोहन कर्ता, उस वस्तु को आँखों के तल से ठीक थोड़ा ऊपर रखता है क्योंकि, व्यक्ति की आँखों से थोड़ा ऊपर रखने में, आँखों में एक अस्वाभाविक तनाव की स्थिति होती है। ये आँखों की मांसपेशियों के ऊपर, और आँखों की पलकों के ऊपर भी तनाव डालता है, और आँखों की पलकें निश्चितरूप से, मनुष्य में सबसे कमजोर मांसपेशियाँ होती हैं, और दूसरी मांसपेशियों की तुलना में, बहुत

जल्दी थक जाती हैं।

कुछ सेकन्ड बाद आँखें थक जाती हैं, उनमें से आंसू आने लगते हैं। तब सम्मोहन कर्ता के लिए ये कहना कि आँखें थक चुकी हैं और वह व्यक्ति सोना चाहता है, साधारण बात है। वास्तव में, वह अपनी आँखों को बंद करना चाहता है, क्योंकि सम्मोहनकर्ता ने, अभी पूर्णरूप से, उन मांसपेशियों को थका दिया है! मरणांतकरूप से एकरसता में यह दुहराना कि आँखें थक गई हैं, व्यक्ति को उबा देता है और रक्षक-माध्यम की जागरूकता-को नीचे कर देता है। साफ-साफ कहें, वह इस पूरे मामले से, पूरी तरह से ऊब जाता है और महसूस करता है कि वह कुछ अलग चीज प्राप्त करने के लिए आनंद से सोएगा!

जब कई बार, ये किया जा रहा होता है, उस व्यक्ति की सुझाव ग्रहण करने की क्षमता बढ़ जाती है अर्थात्, वह सम्मोहन के तरीके से प्रभावित हो जाने की आदत बना रहा होता है। इसलिए जब कोई व्यक्ति-सम्मोहक-कहता है कि माध्यम की आँखें थक रही हैं, बिना किसी थोड़ी सी भी हिचकिचाहट के, माध्यम उसे स्वीकार कर लेता है क्योंकि पिछले अनुभवों ने ये सिद्ध कर दिया है कि इन अवस्थाओं में आँखें थक जाती हैं। इसप्रकार, माध्यम सम्मोहन कर्ता के कथनों में, अधिक, और अधिक, विश्वास करता जाता है।

अवचेतन मन पूरी तरह से अलोचनारहित होता है, ये भेद करने में समर्थ नहीं होता, इसलिए यदि चेतन मन, जब सम्मोहनकर्ता ऐसा कहता है, कि आँखें थक गई हैं, इस प्रस्ताव को स्वीकार कर सकता है, तब अवचेतन मन, कहता है, जब सम्मोहनकर्ता ऐसा कहे कि अब कोई दर्द नहीं होगा, तब अवचेतन मन भी इससे सहमत हो जाता है। इस मामले में, सम्मोहनकर्ता, जो अपने कार्य को समझता है, देख सकता है कि कोई औरत, पूरी तरह से कष्टरहित तरीके से, बच्चे का प्रसव कर सकती है, और एक मरीज का दांत बिना किसी दर्द के या बिना किसी असुविधा के भी, निकाला जा सकता है। वास्तव में यह एक साधारण मामला है, और इसमें केवल थोड़े से अभ्यास की आवश्यकता होती है।

पूरी चीज इस प्रकार है, तब कि एक व्यक्ति, जो सम्मोहित किया जा रहा है, ने सम्मोहनकर्ता के कथनों को स्वीकार कर लिया है। दूसरे शब्दों में, माध्यम को कहा गया था कि उसकी आँखें थक रही हैं, उसका खुद का अनुभव उसे यह बताता है कि उसकी आँखें थक रहीं थीं। सम्मोहनकर्ता द्वारा उसे यह कहा गया था कि वह यदि अपनी आँखों को बंद कर ले, अधिक आराम पायेगा, और जब उसने अपनी आँखें बंद कीं उसे आराम मिला।

एक सम्मोहनकर्ता हमेशा यह सुनिश्चित करता है कि उसके कथन पूरी तरह से माध्यम के द्वारा विश्वास किए जा रहे हों। व्यक्ति को ये बताना निरर्थक है कि वह खड़ा है, जबकि दृष्टिगतरूप से, वह लेटा हो। अधिकांश सम्मोहनकर्ता, उस चीज के सिद्ध हो जाने के बाद, माध्यम को किसी निश्चित चीज के बारे में कहते हैं। उदाहरण के लिए:-

सम्मोहनकर्ता, माध्यम को, अपनी भुजाओं को पूरा फैलाने के लिए कह सकता है। वह इसे कुछ बार, नीरस स्वर (**monotonous voice**) में दुहरायेगा और जब वह देखता है कि माध्यम की भुजाएँ थक रहीं हैं वह कहेगा "आपकी भुजाएँ थक रही हैं, आपकी भुजाएँ भारी हो रहीं हैं, आपकी भुजाएँ थक रहीं हैं।" माध्यम, आसानी से इस टिप्पणी से राजी हो जाता है क्योंकि उसे ये स्वयंसिद्ध है कि वह थक रहा है, परंतु सम्मोहन की हल्की तंद्रा की अवस्था में, वह सम्मोहनकर्ता को यह कहने की स्थिति में नहीं है, "ठीक है, मूर्ख! वास्तव में, ये इसलिए थकी हैं कि मैं उन्हें इस तरह फैलाए हुये हूँ!" बदले में वह विश्वास करेगा कि सम्मोहनकर्ता के पास कुछ निश्चित शक्ति, उस निश्चित योग्यता है, जो उससे, जो भी आदेशित किया जाये, करा सकती है।

भविष्य में ऐसा होगा कि चिकित्सक और शल्यचिकित्सक, सम्मोहन की विधियों पर, अधिक, और अधिक, निर्भर करेंगे, क्योंकि सम्मोहन के कोई पश्चात्कर्ता, कुछ दुःखदायी, परिणाम नहीं होते, परेशान

करने वाला कुछ नहीं। सम्मोहन स्वाभाविक है और लगभग प्रत्येक व्यक्ति, सम्मोहन के निर्देशों को मानने के प्रति सहनशील होता है। जितना ज्यादा कोई व्यक्ति जोर देता है कि उसे सम्मोहित नहीं किया जा सकता, उस व्यक्ति को सम्मोहित किया जाना उतना ही आसान हो जाता है।

हम दूसरे व्यक्तियों को सम्मोहित करने से संबंधित नहीं हैं, तथापि यद्यपि जबतक कि ये उच्च प्रशिक्षित हाथों में, न हों, ये एक अत्यधिक खतरनाक और बुरी चीज हो सकती है। हम आपको, अपने आप सम्मोहित करने में मदद करने से संबंधित हैं, क्योंकि यदि आप स्वयं को सम्मोहित करते हैं, आप बुरी आदतों से बाहर जा सकते हैं, आप अपनी कमजोरियों का इलाज कर सकते हैं, आप ठंडे मौसम में अपने तापमान को बढ़ा सकते हैं, और इसी प्रकार की अनेक लाभदायक चीजें कर सकते हैं।

हम आपको यह नहीं सिखाने जा रहे हैं कि दूसरों को कैसे सम्मोहित किया जाए क्योंकि हमारा विचार है कि, जबतक कि किसी के पास वर्षों का अनुभव न हो, हम इसे खतरनाक समझते हैं। सम्मोहन के संबंध में कुछ निश्चित गुणक (factors) हैं, जिन्हें हम उल्लेख करने जा रहे हैं, यद्यपि, अगले पाठ में हम स्व (auto) अथवा आत्मसम्मोहन (self hypnosis) पर चर्चा करेंगे।

पश्चिम में, ये कहा जाता है कि किसी भी व्यक्ति को तत्काल सम्मोहित नहीं किया जा सकता। यह सही नहीं है। कोई व्यक्ति, उसके द्वारा, जिसे निश्चित पूर्वी विधियों (eastern methods) में प्रशिक्षित किया गया हो, तत्काल सम्मोहित किया जा सकता है। सौभाग्य से, कुछ पश्चिमी लोग इस भांति प्रशिक्षित किये गए हैं।

यह भी कहा जाता है कि किसी व्यक्ति को सम्मोहित नहीं किया जा सकता और उसे वह करने के लिए मजबूर नहीं किया जा सकता, जिसे उसे खुद की नैतिकता समर्थित न करती हो। यहाँ फिर ये असत्य है, ये पूरी तरह से झूठा है।

कोई भी अच्छा जीवित व्यक्ति, न्यायसंगत नहीं हो सकता, उसे सम्मोहित करें और कहें "अब तुम बाहर जाओ और एक बैंक को लूटो!" माध्यम ऐसा नहीं करेगा, बदले में वह जागेगा और खड़ा हो जायेगा। परंतु, एक कुशल सम्मोहक, अपने वाक्यांशों को इस प्रकार गढ़ सकता है कि, वह सम्मोहित व्यक्ति, उसके शब्दों पर विश्वास कर सकता है कि वह एक खेल या नाटक में भाग ले रहा है।

उदाहरण के लिए, किसी सम्मोहनकर्ता के लिए, उचितरूप से चुने गए शब्दों और सुझावों के द्वारा, किसी व्यक्ति के साथ गलत चीजें करना संभव है। जो कुछ उसे करना है वह है, उस व्यक्ति को बार-बार कौन, कि शायद वह एक प्रिय व्यक्ति, एक भरोसे के काबिल व्यक्ति है, और फिर, वह नाटक कर रहा है। हम यहाँ इस विशेष पक्ष पर, और अधिक प्रस्तावित नहीं करना चाहते क्योंकि सम्मोहन, गलत व्यक्तियों के हाथों में, और अप्रशिक्षित हाथों में वास्तविकरूप से, खतरनाक सदमे देने वाला है। हम सुझाव देते हैं कि सम्मोहन के साथ, आपको कुछ नहीं करना है, जबतक कि इसे सम्मानित व्यक्ति के साथ, पूरी सावधानी के साथ, अत्यधिक अनुभवी, उच्च प्रशिक्षित चिकित्सीय अभ्यासकर्ता के द्वारा इलाज के रूप में न लिया जाये।

स्व (self) या आत्मसम्मोहन (auto hypnosis) के संबंध में विचार करने में, यदि आप हमारे निर्देशों का पालन करेंगे तो आप स्वयं को कोई क्षति नहीं पहुँचाएँगे और दूसरे को भी किसी प्रकार की क्षति नहीं पहुँचा सकते। इसके बदले में, आप काफी हद तक अपने लिए, और शायद दूसरे लोगों के लिए भी, अच्छा कर सकते हैं।

पाठ अट्ठाईस

पिछले पाठ में, और वास्तव में, इस पूरे पाठ्यक्रम में, हमने देखा है कि हम वास्तव में, कैसे, एक में ही दो व्यक्ति हैं, एक अवचेतन और दूसरा चेतन। पूरी तरह आत्मसंतुष्ट और पृथक, दो लगभग अलग अस्तित्वों के रूप में होने के बजाय, एक से, दूसरे के लिए काम कराना संभव है। अवचेतन अस्तित्व, सभी ज्ञानों का भंडार करने वाला होता है, कोई कह सकता है कि वह पुस्तकालय का प्रमुख या सभी अभिलेखों का संरक्षक है। अवचेतन मन को एक व्यक्ति की तरह समझा सकता है, जो कभी बाहर नहीं जाता, ज्ञान को भंडारित करने के अलावा दूसरा कोई काम नहीं करता और दूसरों के माध्यम से आदेश देते हुए, वह चीजों को संचालित करता है।

दूसरी तरफ, चेतन मन, स्मरणशक्ति विहीन, अथवा बहुत कम स्मरणशक्ति और बहुत थोड़े प्रशिक्षण वाले, एक आदमी की तरह समझा जा सकता है। व्यक्ति सक्रिय, उछलकूद मचाने वाला, एक से दूसरी चीज पर उछलते रहने वाला, और केवल अवचेतन मन का प्रयोग करते हुए, सूचनाओं को प्राप्त करने वाला है। दुर्भाग्यवश, या अन्यथा, अवचेतन मन, सामान्यतः, ज्ञान के सभी प्रकारों के लिए, पकड़ में नहीं आता। उदाहरण के लिए, अधिकांश लोग, उस समय को, जब वे पैदा हुए थे, याद नहीं रख सकते फिर भी, ये सब अवचेतन मन में संग्रहीत रहता है, उचित तरीकों के द्वारा, एक सम्मोहित व्यक्ति को उनके जन्म के पहले तक, समय में पीछे ले जाना भी सम्भव है, और यद्यपि ये अत्यंत दिलचस्प अनुभव है, ये वह नहीं है, जिसपर हमारा आशय, यहाँ विस्तार से चलने का है।

दिलचस्पी के रूप में, हम आपको बताएंगे कि साक्षात्कार की एक श्रृंखला में, किसी व्यक्ति को सम्मोहित किया जाना और उस व्यक्ति को जीवन के लगातार वर्षों में, वापस पीछे ले जाना संभव है, ताकि हम जन्म के समय तक, और जन्म के समय के परे भी पहुँच जायें। हम किसी व्यक्ति को उस समय पर भी ले जा सकते हैं, जब वे दुबारा पृथ्वी पर आने की योजना बना रहे थे।

परंतु इस पाठ में हमारा उद्देश्य ये देखना है कि, हम स्वयं को किसप्रकार सम्मोहित कर सकते हैं। ये सामान्य ज्ञान है, जिसे हर व्यक्ति जानता है कि, एक व्यक्ति, दूसरे के द्वारा सम्मोहित किया जा सकता है, परंतु इस मामले में हम स्वयं को सम्मोहित करना चाहते हैं, क्योंकि अनेक लोग, शाब्दिक रूप में, स्वयं को, दूसरे व्यक्ति की कृपा के ऊपर रखने के प्रति, एक स्पष्ट प्रतिरोध रखते हैं, क्योंकि सिद्धांततः, शुद्ध उच्चविचारों वाला कोई व्यक्ति, किसी को, जो सम्मोहित किया जा रहा है, नुकसान नहीं पहुँचा सकता, हम दावा कर सकते हैं कि, केवल कुछ अपवाद स्वरूप परिस्थितियों में, कुछ निश्चित फेरबदल हो सकते हैं।

एक व्यक्ति, जो दूसरे के द्वारा सम्मोहित किया गया है, उस व्यक्ति के प्रति अधिक ग्रहणशील होता है। इस बजह से, हम व्यक्तिगत रूप से सम्मोहन की अनुशंसा नहीं करते। हम अनुभव करते हैं कि इससे पहले कि इसे चिकित्सीय उपयोगों के लिए प्राथमिकता दी जाये, कुछ अतिरिक्त सुरक्षा कवच होने चाहिए, उदाहरण के लिए—किसी भी चिकित्सीय अभ्यासकर्ता को (अकेले ही), किसी व्यक्ति को सम्मोहित करने की आज्ञा नहीं होनी चाहिए, वहाँ हमेशा, कम-से-कम दो अभ्यासकर्ता उपस्थित होने चाहिए। हम एक कानून भी देखना चाहेंगे, जिसके द्वारा, एक व्यक्ति, जो दूसरे को सम्मोहित करता है, उसको स्वयं को भी, सम्मोहित किया जाना चाहिए और उसके अंदर अनिवार्यता डाली जानी चाहिए ताकि, वह ऐसा कुछ न कर सके, जो सम्मोहित किये जाने वाले व्यक्ति को हानि पहुँचा सकता हो, और हम, स्वयं अभ्यासकर्ता को हर तीन वर्ष के बाद, सम्मोहन में होकर गुजारना चाहेंगे ताकि उसके अंदर डाले गए सुरक्षाकवच का नवीनीकरण किया जा सके, अन्यथा मरीज, निश्चय ही, सत्यतापूर्वक, उस अभ्यासकर्ता की दया पर निर्भर हो जायेंगे। यद्यपि हम सहमत होंगे कि, अभ्यासकर्ताओं का एक बड़ा-बड़ा बहुसंख्यक समुदाय, पूरी तरह से सम्मानित और पूरी तरह से नैतिक है, फिर भी कभी-कभी,

किसी काली भेड़ से पाला पड़ सकता है, जो इस कार्य में, वास्तव में, अत्यधिक काली भेड़ होगी।

अब हम किसी को आत्मसम्मोहन के इस कार्य के लिये पटाते हैं। यदि आप इस पाठ को ठीक से पढ़ेंगे, आप के पास, वास्तव में, एक कुंजी होगी, जो आपको, संदेहरहित शक्तियों और क्षमताओं को, अपने अंदर, खोलने के योग्य बनायेगी। यदि आप इसे ठीक से नहीं पढ़ते हैं तो यह, केवल शब्दों की अर्थहीन उखाड़-पछाड़ होगी और आपका समय नष्ट हो गया होगा।

हम सुझाव देते हैं कि आप अपने शयनकक्ष में जायें और रोशनी को समाप्त करने के लिए पर्दे डाल दें, परंतु अपनी आँखों से थोड़ा-सी ऊपर, रात के दीपक (night lamp) के प्रकार की एक छोटी सी रोशनी को लगाएँ। उस बत्ती को छोड़कर अन्य सभी को बुझा दें और वह रोशनी इसप्रकार व्यवस्थित की जानी चाहिए कि आपकी आँखें, थोड़ी-सी ऊपर, आपके देखने की रेखा से- थोड़ा-सा ऊपर की ओर, देख रही हों।

नियॉन के प्रकाश वाले बल्ब को छोड़कर, सब बुझा दें और तब, जितना संभव हो, अपने बिस्तर पर आराम के साथ लेट जायें। कुछ क्षणों के लिए, जितना आप कर सकते हैं, सांस लेने और अपने विचारों को घूमने देने के सिवाय, कुछ न करें। तब एक या दो मिनटों के बाद, अपने आपको, निरर्थक विचारों के घूमने से पीछे खींचें और पूर्ण दृढ़ता के साथ निश्चित करें कि आप शिथिल होने जा रहे हैं। अपने आपको कहें कि आप, अपनी प्रत्येक मांसपेशी को शिथिल करने जा रहे हैं। अपने पैर के अंगूठों को देखें, अपने पैरों के अंगूठों में निवास (dwell) करें, पहले दाएँ पैर के अंगूठे में निवास करना अधिक सुविधाजनक होता है। कल्पना करें कि आपका पूरा शरीर, एक बड़ा शहर है, कल्पना करें कि आपके शरीर की हर कोशिका में रहने वाला, एक बौना आदमी है। ये सभी वे बौने आदमी हैं, जो आपकी मांसपेशियों और तंतुओं की, और जो आपकी कोशिकाओं की आवश्यकताओं की देखभाल करते हैं, और आपको जीवन की खुजलाहट प्रदान करते हैं। परंतु अभी आप आराम करना चाहते हैं, आप इन सभी बौने लोगों का, आपको परेशान करते हुए दौड़धूप करना, एक झटका इधर या एक झटका उधर, नहीं चाहते। पहले अपने दाएँ अंगूठे ऊपर ध्यान केन्द्रित करें, अपने दाएँ पैर के अंगूठे में उपस्थित बौने लोगों को वहाँ से चलना शुरू करने के लिए कहें, उन्हें अपने पैर के अंगूठों में से, अपने टखनों के साथ-साथ, अपने टखनों तक, अपने पैरों में चलना शुरू करने के लिए कहें। उन्हें घुटनों के साथ, अपनी टाँग की मांसपेशियों को चलाने के लिए कहें।

उनके पीछे, आपके दांये पैर के अंगूठे शिथिल, जीवनरहित, पूरी तरह से शिथिल होंगे क्योंकि वहाँ ऐसा कोई नहीं है और कुछ नहीं है, जो कुछ चेतना उत्पन्न करा सके, ये सभी बौने लोग, आपकी टाँगों की तरफ चलते हुए बाहर जा रहे हैं। आपका सीधा पैर पूरी तरह शिथिल है, इसमें कोई सनसनी नहीं है; आपका दांया पैर, वास्तव में, बहुत भारी, जीवनरहित, सुन्न और बिना अनुभव के हो गया है, इसलिये पूरी तरह शिथिल है। इन बौने लोगों को अपनी दांयी आँख में चले जाने के लिये कहें और ये सुनिश्चित करें कि वहाँ कर्तव्य पर उपस्थित पुलिस का सिपाही, सड़क पर अवरोध लगाता है ताकि कोई खिसक कर वापस नहीं जा सके। आपकी दांयी टाँग, तब, पैर से जांघ तक पूरी तरह, एकदम शिथिल है। एक क्षण के लिये प्रतीक्षा करें, सुनिश्चित करें कि ऐसा है, तब दांयी टाँग की ओर चलें। यदि आप चाहें, कल्पना करें कि एक फैक्ट्री का भौंपू बज चुका है और सभी बौने लोग, अपनी-अपनी मशीनों को छोड़ते हुए और आराम के लिये अपने घर में जाते हुए, काम से वापस जाने की जल्दी मचा रहे हैं। कल्पना करें कि उनके घर में शाम का बहुत बढ़िया खाना पका हुआ तैयार रखा है। पैर के अपने अंगूठों से अपनी बांयी टाँग तक, उनको वापस भेजने की जल्दी करें, पैर के मध्य भाग से टखनों तक, घुटनों तक, भेजने की जल्दी करें। उनके पीछे बांये अंगूठों में, और पैर में, और निचली टाँग में पूरी तरह से शिथिलता होगी, पूरी तरह से भारी, मानो कि अब ये आपसे और अधिक संबंधित नहीं है।

इन लोगों को चलते जाने दें, अपने घुटनों से परे, और ऊपर जाने दें। अब पहले की तरह से,

जो दांयी टांग में किया था, बांयी टांग में अपना काल्पनिक पुलिस का सिपाही बनायें, अवरोध रखें ताकि कोई वापस न खिसक सके।

क्या आपकी बांयी टांग पूरी तरह से शिथिल हो चुकी है ? सुनिश्चित करें। यदि ये पूरी तरह से शिथिल नहीं हुई है, तो छोटे लोगों को सामान्य तरीके से हटकर जाने के दोबारा आदेश दें ताकि आपकी दो टांगें, जो एक खाली कारखाना है, जिनमें से हर आदमी घर जा चुका है, देखभाल करने वाले लोग भी, किसी भी प्रकार की परेशानी या शोर उत्पन्न करने के लिये वहाँ नहीं बचे हैं। आपकी टांगें शिथिल हैं। यही अपनी सीधे हाथ की भुजाओं के साथ, अपने बांये हाथ और भुजाओं के करें। सभी कामगारों को दूर भेज दें, उन्हें बंद कर दें, उनको चलते रखें, उन्हें भेड़ों के झुण्ड के तरीके से चलते रखें, जबकि एक अच्छा भेड़ों का रखवाली करने वाला कुत्ता, उनके पीछे लगा हुआ है। आपका उद्देश्य, इन बौने लोगों को अपनी अंगुलियों से, अपने दोनों हाथों की अंगुलियों से, दूर करना है, हथलियों से, भुजाओं से पहले अपनी कलाईयों से ऊपर की तरफ, कोहनी के बाद, उनको चलता रखें, बाहर निकल कर साफ कर दें कि, आप आराम करना चाहते हैं, क्योंकि यदि आप आराम कर सकते हैं, तो सभी प्रकार की परेशानियों से बचे रह सकते हैं, आंतरिक परेशानियों से मुक्त रह सकते हैं और विलक कर सकते हैं, स्वयं के अवचेतन का ताला खोल सकते हैं और तब आप उन शक्तियों और ज्ञान के स्वामी हो जाते हैं, जो सामान्य आदमी को उपलब्ध नहीं होते। आपको अपनी भूमिका निभानी है। आपको इन बौने लोगों को अपनी भुजाओं और टांगों में से बाहर निकालना है, उनको चलते रखना है, अपने शरीर से बाहर निकालना है।

आपकी भुजायें और टांगें, पूरी तरह से, अच्छी तरह से शिथिल हो जायें, और एक रिहायशी कॉलोनी में खाली मकानों की तरह से हों, जहाँ से हर आदमी स्थानीय टैस्ट मैच को देखने के लिये चला गया है, अपने शरीर के साथ, अपने कूल्हे, अपनी पीठ, अपने पेट, अपनी छाती—हर चीज के साथ वैसा ही करें। ये बौने लोग, आपके लिये परेशानी का कारण हैं। ये मानते हुए कि वे आपके अंदर जीवन बनाये रखने के लिये आवश्यक हैं, परन्तु इस अवसर पर आप उन्हें अपने से दूर, एक छुट्टी देना चाहते हैं। ठीक है, उन्हें बाहर निकालें, उन्हें रजत तन्तु की ओर चलने को कहें, अपने शरीर के बाहर निकालें, उनके परेशान करनेवाले प्रभावों से अपने आपको मुक्त करें, तब आप पूरी तरह से और पूरी तरह से शिथिल होंगे, और आप अपने अंदर अधिक, जितना आपने कभी सोचा होगा, उससे अधिक आराम को जान जायेंगे।

सभी बौने लोगों को अपने रजत तन्तु के ऊपर भीड़ बनाते हुए, और अपने खाली शरीर के साथ—इन बौने लोगों को बाहर निकालते हुए—ये सुनिश्चित करें कि आपके रक्षक, रजत तन्तु पर हैं ताकि इन बौने लोगों में से कोई भी वापस आकर परेशानी न पैदा कर सके।

एक लंबी सांस लें, ये सुनिश्चित करें कि ये धीमी, गहरी और संतुष्ट करनेवाली सांस हो। इसे कुछ सेकण्डों के लिये रोकें, और तब इसे कुछ अधिक समय लेते हुए, धीमे—धीमे छोड़ें। इस पर कोई तनाव नहीं होना चाहिये, ये सरल होनी चाहिये, ये आरामदायक और स्वाभाविक होनी चाहिये।

इसे फिर करें। एक गहरी सांस लें, गहरी, धीमी, संतोषप्रद। कुछ सेकण्डों के लिये रोकें और आपको अपना दिल, अपने कानों में “धक, धक, धक करता हुआ” सुनाई देगा। तब इसे छोड़ दें—उस सांस को धीमे—धीमे, धीमे—धीमे छोड़ दें। अपने आपको कहें कि आपका शरीर पूरी तरह से आराम में है, आप पूरी तरह से आनन्ददायक तरीके से निस्तेज (limp) और आराम में महसूस करते हैं। अपने आपको कहें कि आपके अंदर हर मांसपेशी शिथिल हो रही है, आपकी गर्दन की मांसपेशियाँ ढीली पड़ गई हैं, आपके अंदर कोई तनाव नहीं है, आपके अंदर, वहाँ केवल शिथिलता, सुख और आराम है।

आपका सिर भारी होता जा रहा है। आपके चेहरे की मांस पेशियाँ अब आपको और अधिक परेशान नहीं कर रहीं हैं, कोई तनाव नहीं है, आप शिथिल हैं और आराम से हैं।

अपने पैर के अंगूठों पर, अपने घुटनों और कूल्हों के ऊपर, आलस्यपूर्ण तरीके से ध्यान करें। अपने आपसे कहें कि इस तरह आराम करना, ये अनुभव करना कि कोई तनाव नहीं है, ये अनुभव करना कि आपके अंदर खींचने वाला या ठोकनेवाला कोई नहीं है, कितना आनन्ददायक है। और ऊँचे चलें, महसूस करें कि यहाँ कोई तनाव नहीं है। आपकी भुजाओं में, आपकी छाती में, और न ही आपके सिर में, आपके शरीर के अंदर कहीं भी, कोई तनाव नहीं है। आप शांति से, पूरी तरह आराम से विश्राम कर रहे हैं, और आपके शरीर के अंदर का हर हिस्सा, हर मांसपेशी और हर नाड़ी, हर तन्तु पूरी तरह से और एकदम शिथिल है।

आत्मसम्मोहन के मामले में आगे कुछ करने से पहले, आपको ये सुनिश्चित करना चाहिये कि आप पूरी तरह से और एकदम शिथिल हैं क्योंकि ये पहली या दूसरी बारी ही है, जो आपको परेशानियों की कुछ छाया उत्पन्न कर सकती है। जब आप इसे एक या दो बार कर चुकें, उसके बाद इतना स्वाभाविक, इतना आसान लगेगा, कि आप आश्चर्य करेंगे कि आपने इससे पहले कभी क्यों नहीं किया। इस पहली और दूसरी बार में, विशेष सावधानी रखें, इसको धीमे-धीमे करें, जल्दी करने की कोई आवश्यकता नहीं है, आपने अपने पूरा जीवन अब तक इसके बिना गुजारा है, इसलिये और कुछ घंटे कोई मायने नहीं रखते। इसे सरलता से लें, तनाव नहीं डालें, बहुत अधिक प्रयास न करें, क्योंकि यदि आप अत्यधिक प्रयास करेंगे तो आप संदेहों, हिचकिचाहटों और मांसपेशियों की थकान का अंदर घुसना आसान बना देंगे।

यदि आप पायें कि आपके शरीर का कोई विशेष भाग आराम में नहीं है, तब उसके लिये विशेष ध्यान दें। कल्पना करें कि कुछ विशिष्ट सचेत कामगार, शरीर के उस भाग में अभी हैं, और वे अपने कुछ विशिष्ट कार्य को, जो उनके हाथ में है, दिन की समाप्ति पर जाने से पहले, पूरा करके जाना चाहते हैं। ठीक है—उन्हें बाहर भेज दें, कोई भी काम इतना महत्वपूर्ण नहीं है, जिसमें आप अभी घिरे हों। अपनी स्वयं की भलाई के लिये और अपने अच्छे "कामगारों" के लिये, यह आवश्यक है कि आप शिथिल हों।

यदि अब आप पूरी तरह सुनिश्चित हैं कि आप अपने शरीर के हर हिस्से में शिथिल हैं, अपनी आँखों को उठायें ताकि आप कहीं अपने सिर के ऊपर लहराते, उस छोटे रात्रि प्रकाश वाले निऑन दीप (neon nightlight) को देख सकें। अपनी आँखों को थोड़ा ऊपर उठायें ताकि, जब आप उस प्रकाश की ओर टकटकी लगाकर देख रहे हों, आँखों में और आँखों की पलकों में, थोड़ा सा तनाव हो। अब इस रात की रोशनी (nightlight) के ऊपर देखते रहें, ये सुन्दर है, आरामदायक छोटी लाल से रंग की आभा; ये आपको थोड़ा उनींदा महसूस करायेगी। स्वयं से कहें कि जब आप दस तक गिनें, आप अपनी पलकों को बंद करना चाहते हैं। इसे गिनना शुरू करें, "एक—दो—तीन—मेरी आँखें थकती जा रही हैं—चार—हाँ, मैं उनींदा होता जा रहा हूँ—पाँच— मैं अपनी आँखों को मुश्किल से ही खुला रख पा रहा हूँ—" और आगे, जबतक कि आप नौ तक न पहुँच जायें—नौ—मेरी आँखें कसकर बंद हो रही हैं—दस—अब मेरी आँखें खुली नहीं रह सकतीं और आगे, वे बंद हो चुकीं हैं।

इसमें बिन्दु ये है कि आप एक निश्चित शर्तों वाला शिथिलन तय करना चाहते हैं ताकि, भविष्य में, आत्मसम्मोहन सत्र में, आपको किसी प्रकार की कोई परेशानी न हो, आपको इस पूरे शिथिलन के साथ, समय नष्ट नहीं करना पड़ेगा, आपको, कुल मिलाकर, जो करना पड़ेगा, वह है गिनना, और तब आप नींद में, सम्मोहन की अवस्था में चले जायेंगे, और यही लक्ष्य है, जिसको अब आप पाना चाहते हैं।

अब कुछ निश्चित लोगों के, कुछ संदेह हो सकते हैं, और उनकी आँखें, पहली बार में, दस की गिनती तक बंद नहीं होंगी। इसमें परेशान होने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि यदि आपकी आँखें इच्छापूर्वक बंद नहीं होंगी, तो उन्हें जानबूझकर बंद करें, मानो कि आप, वास्तव में, सम्मोहन की अवस्था में थे। यदि आप इसे जानबूझकर करते हैं, तो आप सशर्त शिथिलन की, एक नींव रख रहे होंगे और ये

वह चीज है, जो बहुत आवश्यक है।

फिर—आप कुछ इस तरह कहना चाहते हैं, वास्तविक शब्दों का कोई अर्थ नहीं है, ये केवल आपको कुछ विचार देने के लिये हैं, जिसके साथ आप अपना खुद का सूत्र बना सकते हैं :-

“जब मैं दस तक गिन चुका हूँ, मेरी आँखें बहुत-बहुत भारी हो जायेंगी और मेरी आँखें थक जायेंगी, मुझे अपनी आँखें बंद करनी पड़ेंगी, और जब मैं दस की गिनती तक पहुँच जाऊँगा, उसके बाद, उन्हें कोई चीज खुला नहीं रख सकेगी। उस क्षण, जब मैं अपनी आँखों को बंद होने दूँगा, मैं पूरी आत्मसम्मोहन की अवस्था में लुढ़क जाऊँगा। मैं पूरी तरह सचेत रहूँगा, और मैं हर चीज को, जो होती है, सुनूँगा और जानूँगा और मैं अपने अवचेतन मन को जैसा मैं करना चाहता हूँ, आदेश देने में सक्षम होंऊँगा।”

तब आप, जैसा हम आपको पहले कह चुके हैं, गिनना शुरू करें “एक—दो—मेरी पलकें बहुत भारी हो रही हैं, मेरी आँखें थक रही हैं—तीन—मैं अपनी आँखों को खुला रखने में परेशानी महसूस कर रहा हूँ—नौ—मैं अपनी आँखों को खुला नहीं रख सकता—दस—मेरी आँखें अब बंद हो गई हैं और मैं आत्मसम्मोहन की अवस्था में हूँ।”

हम महसूस करते हैं कि हमें इस पाठ को यहीं समाप्त कर देना चाहिये क्योंकि ये एक इतना महत्वपूर्ण पाठ है। हम इसे यहीं समाप्त करना चाहते हैं ताकि आपको काफी समय मिल सके, जिसमें अभ्यास कर सकें। यदि हम इस पाठ में अधिक दें तो आप इसे एक बार में, बहुत अधिक पढ़ने में संलग्न हो सकते हैं और एक बार में, बहुत कम पा सकते हैं, इसलिये—आप इसे बार—बार पढ़ेंगे ? हम आपको बार—बार आश्वासन देना चाहते हैं कि यदि आप पढ़ेंगे, और आप इसके ऊपर मनन करेंगे और अभ्यास करेंगे, आपको निश्चितरूप से आश्चर्यजनक परिणाम मिलेंगे।

पाठ उन्तीस

अपने पिछले पाठ में हमने स्वयं को सम्मोहन की तन्द्रावस्था (trance) में ले जाने के तरीके के संबंध में बताया था। अब हमें उसका कई बार अभ्यास करना है। यदि हम इसका वास्तव में अभ्यास करें, हम इसे अधिक आसान बना सकते हैं ताकि हम बिना किसी कठोर परिश्रम किये हुए, तन्द्रा की अवस्था में आसानी से जा सकें, क्योंकि इसका पूरा बिन्दु, किसी को कठिन परिश्रम से बचाना है।

अब हम इसके कारण के ऊपर भी देखें; आप स्वयं को आत्मसम्मोहित करना चाहते हैं ताकि आप (अपने) कुछ दोषों का उन्मूलन कर सकें, ताकि आप अपने कुछ मूल्यों और कुछ क्षमताओं को शक्तिशाली बना सकें। अब ये दोष क्या हैं ? ये क्षमतायें क्या हैं ? स्पष्टरूप से, आपको अपने दोषों और मूल्यों के ऊपर ध्यान केन्द्रित करने के लिये सक्षम होना चाहिये। आपको वास्तव में, अपनी एक छवि, जैसाकि आप होना चाहते हैं, निवेदन (conjure) करने के लिये सक्षम होना चाहिए। क्या आप कमजोर इच्छा शक्ति वाले हैं, तब अपनी उन कमजोरियों को पार पाने के योग्य बनने के लिये, एक मजबूत इच्छाशक्ति और एक वर्चस्वशील व्यक्तित्व के साथ, पुरुषों और महिलाओं को उस रास्ते में प्रभावित करते हुए, जिसमें आप उन्हें प्रभावित करना चाहते हैं, अपने आपको, ठीक वैसा ही, जैसा आप होना चाहते हैं, चित्रित करें।

अपने इस “नये स्वयं” के बारे में सोचते रहें। एक कलाकार—एक नायक—जो निभाई जाने वाली भूमिका को, वास्तव में जीता है, की भांति, इस “आप” की छवि को, स्थाईरूप से, अपने सामने रखें। आपको अपनी कल्पना शक्तियों का भरपूर उपयोग करना चाहिये; आप जैसा होना चाहते हैं, जितनी अधिक दृढ़ता के साथ, आप अपने आपको वैसा ही देख सकें, तब उतनी ही अधिक शीघ्रता से आप अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं।

अपने आपको एक तन्द्रा में रखते हुए, अभ्यास करना जारी रखें, परन्तु हमेशा ये सुनिश्चित करें कि आप एक काफी अंधेरे कमरे में अभ्यास कर रहे हैं।

इनमें से किसी में भी कोई खतरा नहीं है। हम जोर डालकर कहते हैं कि आपको ये “सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि आपको हस्तक्षेप नहीं किया जा सकता” क्योंकि, कोई भी हस्तक्षेप, या उदाहरण के लिये, ठण्डी हवा का कोई झोंका, उस तन्द्रावस्था में से जल्दी से उठा देने का कारण होगा, आपको जगा देने का कारण होगा। हम दोहरायें, निश्चितरूप से, इसमें कोई खतरा नहीं है। आपके लिये अपने आपको सम्मोहित करना और तन्द्रा की अवस्था में से बाहर आने में असमर्थ होना संभव नहीं है। आपको दोबारा आश्वासन देने के लिये, हम एक खास प्रकरण लेते हैं।

एक मरीज ने काफी अभ्यास किया था। वह अपने अंधेरे कमरे में जाता, अपनी पलकों के ठीक ऊपर, अपनी छोटी नियॉन बत्ती को जलाता और आराम से अपने बिस्तर या काउच पर, अपने आपको शांत करता। कुछ क्षणों के लिये, वह अपने शरीर को तनाव और दबाव से मुक्त शिथिलता में लाने के लिये कार्य करता।

शीघ्र ही, उसे एक आश्चर्यजनक अनुभव घेर लेता मानो कि, उसके पूरे शरीर का भार, उसके शरीर की पूरी चिन्तायें डूबती जा रही हैं, और वह एक नई जिन्दगी में प्रवेश करने के लिये करीब तैयार है। वह आलस्यपूर्ण तरीके से पहुँचता हुआ, अपने मन से ये देखता हुआ कि कोई भी मांसपेशी अब तनाव में नहीं है, ये देखता हुआ कि वहाँ कोई झटका नहीं है, कोई दर्द नहीं, कहीं भी कोई तनाव नहीं, अधिक, और अधिक, शिथिल होता। इससे संतुष्ट होकर वह पूरी तरह से शिथिल होता, वह छोटी नियॉन बत्ती के ऊपर स्थिररूप से टकटकी लगाता, उसकी आँखें सीधे सिर की ओर संकेत नहीं करतीं परन्तु उससे कुछ ऊपर की तरफ, भौंहों की तरफ झुकी होतीं।

शीघ्र ही उसकी पलकें भारी अनुभव करना शुरू कर देतीं, वे थोड़ी मिचमिचातीं तब बंद हो

जातीं, परन्तु केवल एक या दो सेकण्ड के लिये। वे फिर से थोड़ी फड़कतीं, वहाँ कुछ नमी है, उसकी आँखें पानी दे रही हैं। वे मिचमिचाती हैं और झटके खाती हैं, वे फिर से बंद हो जाती हैं। एकबार फिर, इस बार वह उन्हें कठिनता के साथ खोलता है क्योंकि आँखें थक गई हैं, पलकें भारी हो गई हैं, और व्यक्ति गहरी तन्द्रा में है। एक सेकण्ड या ऐसे ही समय में पलकें बंद हो जातीं और इसबार वे पूरी तरह कसकर बंद बनी रहतीं। शरीर इससे अधिक शिथिल होता है, सांस उथली हो जाती है, मरीज, माध्यम, यदि आप ऐसा कहना चाहें—तन्द्रा की अवस्था में हैं।

अब हम उसे एक क्षण के लिये छोड़ दें। अब वह उस तन्द्रावस्था में क्या कर रहा है ये हमारा विषय नहीं है हम स्वयं ही तन्द्रा में जा सकते हैं और अपने खुद के अनुभव प्राप्त कर सकते हैं। उसे तन्द्रा की अवस्था में छोड़ दें जबतक कि उसने वह पूरा नहीं किया है, जिसके लिये वह तन्द्रावस्था में गया था।

ऐसा लगता है, कि वह ये देखने के लिये कि, वह अपने आपको कितनी गहराई तक सम्मोहित कर सकता था, कितने पक्के तौर से, नींद में टिक सकता था, एक प्रयोग कर रहा था। उसने प्रकृति के प्रावधान को, जानबूझकर, एक तरफ उठाकर रखने का प्रयास किया क्योंकि उसने खुद को बताया कि वह जगनेवाला नहीं था!

मिनट—दस मिनट, बीस मिनट ? —गुजरते हैं। श्वसन का तरीका बदलता है और वह माध्यम अधिक देर तक तन्द्रा में नहीं रहता, परन्तु पक्की नींद में सो जाता है। वह कुछ आधे घंटे बाद, आश्चर्य करता हुआ, तब एक पूरी रात की नींद की तुलना में, तरोताजा होकर, वास्तव में, और अधिक तरोताजा होकर जगता है।

आप तन्द्रा में से जगने में असफल नहीं हो सकते, प्रकृति इसकी इजाजत नहीं देती। अवचेतन मानो एक मंद दैत्य की तरह है। एक राक्षस, जिसकी बुद्धि मंद है—एकबार के लिये, यदि तुम चाहो, तुम किसी चीज के बारे में, बार—बार जिद करके उसके पीछे पड़ सकते हो, परन्तु, कुछ समय बाद, उस मंद पड़े हुए राक्षस पर “उसकी टांग खींचे जाते हुए” भोर होता है। तब वह अपनी सम्मोहन की अवस्था के बाहर आता है।

हम फिर दोहरा दें कि आप स्वयं, किसी तरीके से ऐसी नींद में नहीं जा सकते, जो आपको नुकसान पहुँचा सकें अथवा असुखद हो। आप एकदम सुरक्षित हैं, क्योंकि आपने, अपने आपको सम्मोहित किया है और आप किसी दूसरे व्यक्ति के सुझावों की दया के ऊपर निर्भर नहीं हैं।

हमने पहले कहा कि ठण्डी हवा का एक झोंका किसी व्यक्ति को हिला देगा; ऐसा है। कोई बात नहीं, तन्द्रा कितनी भी गहरी क्यों न हो, यदि तापमान में परिवर्तन होता है, या कोई भी ऐसी चीज, जो सम्भावितरूप से, किसी भी प्रकार से, शरीर को नुकसान पहुँचाती है, के (कारण) तन्द्रा समाप्त हो जाती है। इसलिये ऐसा है कि यदि आप तन्द्रा की अवस्था में हैं, और कोई, घर में एक दरवाजा या खिड़की खोलता है ताकि शायद, दरवाजे में होकर, या उसके चाबी के छेद में होकर, हवा का एक झोंका आप तक आता है, आप सुरक्षित, दर्दहीन तरीके से जग जायेंगे, और तब आपको नये सिरे से शुरूआत करने की तकलीफ उठानी पड़ेगी, ऐसा इसलिये है क्योंकि आपको हवा के झोंकों और परेशानियों से से बचना चाहिए था।

आपको हर समय, उन मूल्यों पर, जिन्हें आप प्राप्त करना चाहते हैं, जोर देना होगा। आपको जोर देना होगा कि आप जिनकी प्रशंसा नहीं करते, उन चीजों से छुटकारा पाना चाहते हैं, और कुछ दिनों के लिये जैसे ही आप आसपड़ौस में टहलेंगे, आपको सक्रियता के साथ, उन क्षमताओं को दृष्टिगत (visualise) करना पड़ेगा, जिन्हें आप चाहते हैं। पूरे दिन, समय—समय पर, आप स्वयं से यह कहेंगे कि मैं अमुक समय पर—प्राथमिकता से रात को—अपने आपको सम्मोहित करने जा रहा हूँ और हर बार जब आप तन्द्रा में जायेंगे, वांछित मूल्य, अधिक शक्ति के साथ आपके अंदर प्रकट होंगे। जैसे ही

आप अपनी तन्द्रा में जाते हैं, अपने मन में यह दोहराये कि आप क्या चाहते हैं।

एक नमूने के रूप में, शायद एक मूर्खतापूर्ण छोटा उदाहरण; हम कहें कि एक आदमी झुक कर चलता है, शायद इसलिये, क्योंकि वह सीधे खड़े रहने के प्रति बहुत आलसी है। उसे लगातार यह कहने दो, "मैं सीधा खड़ा होऊँगा—मैं सीधा खड़ा होऊँगा—मैं सीधा खड़ा होऊँगा।" दोबारा से, यहाँ पर मुद्दा यह है कि आपको ये सब बीच में कोई रिक्ति न छोड़ते हुए, समय-समय पर तेजी से दोहराना चाहिए, क्योंकि यदि आप रिक्तस्थान को छोड़ेंगे तो अवचेतन मित्र, अंदर आयेगा और कहेगा, "ओह, आप कभी सत्य नहीं बोलते, आप कुछ भी कहते रहते हैं!" यदि आप इसको बिना किसी रिक्तस्थान के दोहराये तो अवचेतन मित्र को आने का अवसर ही नहीं मिलेगा, वह शब्दों के भार से दब जायेगा और शीघ्र ही विश्वास कर लेगा कि आप सीधे खड़े हैं। यदि वह विश्वास करता है कि, आपकी मासपेशियाँ कड़ी हो जायेंगी और आप जैसे चाहें, वैसे सीधे खड़े होंगे।

क्या आप अत्यधिक धूम्रपान करते हैं ? अत्यधिक शराब पीते हैं ? आप जानते हैं कि यदि अति के साथ किया ऐसा गया हो, तो यह स्वास्थ्य के लिये खराब है; कुल मिलाकर, जो बचकानी हरकतें हैं, अपनी डायरी को उनकी स्थाई तैनाती (depletion) से बचाए रखने के लिये, क्यों नहीं सम्मोहन का प्रयोग स्वयं के इलाज के लिये करें। आपको केवल अपने अवचेतन को सहमत कराना है कि आप धूम्रपान को नापसंद करते हैं और बिना किसी भी हिचकिचाहट के, बिना किसी भी धूम्रपान के विचार के, आप धूम्रपान छोड़ देंगे।

लोग धूम्रपान छोड़ नहीं सकते, ये एक आदत है, जिसे तोड़ना अत्यन्त कठिन है। निस्संदेह समय-समय पर आपने इसे सुना होगा; धूम्रपान करनेवाला अपने पाईप या सिगरेट को नहीं छोड़ सकता, हर आदमी आपको ऐसा कहता है, समाचारपत्रों में सिगरेट पीना छोड़ने से रोकने, इसको रोकने या उसको रोकने के लिये विज्ञापन, आपके ध्यान में विभिन्न प्रकार के इन तथाकथित इलाजों को लाते हैं। क्या आपको ऐसा नहीं लगता कि यह अपने आप में सम्मोहन का एक तरीका है ? आप धूम्रपान नहीं छोड़ सकते क्योंकि, आप विश्वास करते हैं कि आपको दूसरे लोगों और विज्ञापनों के द्वारा, इस प्रभाव के साथ कि धूम्रपान छोड़ना लगभग असंभव है, बताया गया है।

इस सम्मोहन को अपने खुद के लाभ के लिये मोड़ दें; आप सामान्य भीड़ से अलग हैं, आपके पास एक मजबूत चरित्र है, आप वर्चस्ववान (dominant) हैं, आप धूम्रपान, या मद्यपान या आप जो कुछ भी चाहें, से, अपने आपका इलाज कर सकते हैं। ठीक वैसे ही, जैसे कि सम्मोहन-अवचेतन सम्मोहन (unconscious hypnosis)—ने आपको ये विश्वास करना सिखाया कि आप धूम्रपान की अपनी आदतों को नहीं छोड़ा सकते, इसलिये, जब आप इसके प्रति सावधान हैं, आपका चेतन सम्मोहन (conscious hypnosis), ऐसा कर सकता है, ताकि आप किसी दूसरी सिगरेट को, फिर कभी हाथ भी न लगायें।

चेतावनी का एक शब्द, यद्यपि, या इसे एक मित्रवत् सलाह भी कहा जा सकता है। क्या आप सुनिश्चित हैं कि आप धूम्रपान को छोड़ना चाहते हैं ? क्या आप सुनिश्चित हैं कि आप मद्यपान को, नियोजित भेंटों (appointments) के प्रति हमेशा विलंबित होने को, छोड़ना चाहते हैं ? जबतक कि आप सुनिश्चित न हों, आप कुछ भी नहीं कर सकते, आपको निश्चित होना चाहिये कि आप धूम्रपान छोड़ना चाहते हैं, आप यह या वह करना चाहते हैं। ये काफी नहीं है कमजोर व्यक्ति होना और कहना, "ओह, मैं चाहता हूँ कि मैं धूम्रपान छोड़ पाता, और मैं स्वयं को कहूँ कि मैं इसे करूँगा।"

फिर और फिर, जबतक कि ये आपके अवचेतन में डूबता है—आपके केवल वह कर सकते हैं जिसेकि आप वास्तविक रूप में करना चाहते हैं, ताकि यदि आप कमोवेश खुद धूम्रपान न छोड़ने की हिम्मत कर सकें, तब आप धूम्रपान को छोड़ नहीं पायेंगे, तब, आप और अधिक पीना चाहेंगे!

स्वयं की करीब से परीक्षा करें। आप वास्तव में क्या होना चाहते हैं ? यहाँ कोई दूसरा आसपास

नहीं है, आपके कंधों पर, कोई देखने वाला नहीं बैठा है, आपके मन के अंदर कोई झांक नहीं रहा। क्या आप वास्तव में धूम्रपान को छोड़ना चाहते हैं ? या आप धूम्रपान को जारी रखने को प्राथमिकता देते हैं, और अपने शब्दों को मात्र बेकार करते हुए, ये केवल आपका कथन है कि आप छोड़ना चाहते हैं ?

एक बार आप पूरी तरह से सहमत हो जाते हैं कि आप किसी चीज को प्राप्त करना चाहते हैं, आप उसे प्राप्त कर सकते हैं। सम्मोहन को या किसी चीज को दोष न दें, परन्तु, यदि आप, जो कुछ आप चाहते हैं, उसे प्राप्त करने में, असमर्थ रहते हैं, स्वयं को दोष दें, क्योंकि, यदि आप असफल होते हैं तो इसका अर्थ यही और केवल यही है; असफलता का अर्थ है कि आप वास्तव में, ऐसा करने या वैसा न करने के अपने संकल्प में, मजबूत नहीं थे!

आत्मसम्मोहन के द्वारा, उन चीजों का, जिन्हें कुछ लोग "बुरी आदतें" कहते हैं, आप अपना इलाज स्वयं कर सकते हैं। दुर्भाग्यवश, हम कभी ये खोजने में सक्षम नहीं हुए कि ये "बुरी आदतें" क्या थीं, इसलिये हम इनके ऊपर, इस विशिष्ट विषय के ऊपर, अधिक प्रकाश नहीं डाल सकते। हम अपनी पत्नी को फंसाने या अपने पति के ऊपर लोहा फेंकने या कुत्ते को पीटने, किसी के साथ अकारण कसम खाने या अत्यधिक शराब पीने जैसी, इन बुरी आदतों को शामिल करने के लिये विचार करेंगे, और इन सारी चीजों का इलाज बहुत आसानी से किया जा सकता है बशर्ते कोई निश्चितरूप से ऐसा करना चाहे।

कुछ समय के लिये स्वयं को सुस्ताने दें। अपनी खुद की मांसपेशियों की ऊर्जा को बढ़ाने में, अन्दर के तनाव से स्वतंत्रता, का लाभ लें। यदि आप केवल पढ़ेंगे, और इस और इससे पहले के पाठों को दोबारा पढ़ेंगे तो आप अपने स्वास्थ्य को सुधारने में इतना कुछ कर सकते हैं, अभ्यास, अभ्यास, अभ्यास करें। अच्छे से अच्छे संगीतज्ञ, सरगम और सुरों का, घण्टों घण्टों तक, दिन के बाद दिनों तक अभ्यास करते हैं। यही कारण है कि वे महान संगीतज्ञ होते हैं। आप महान आत्मसम्मोहक हो सकते हैं यदि जैसा हम कहते हैं, आप वैसा कर सकें। इसलिये अभ्यास करें।

पाठ तीस

अनेक लोगों का विचार है—एक गलत विचार—कि कार्य के साथ कुछ गलत है। अनेक सभ्यतायें “सफेदपोश कार्यकर्ताओं (white-collar workers)” और उन लोगों के बीच, जो अपने “हाथों को गंदा पाते हैं (get their hands dirty)” विभाजित हैं। ये दंभ (snobbery) की एक भिन्न शकल है, जो समाप्त की जानी चाहिये क्योंकि, ये भाई को भाई के खिलाफ और जाति को जाति के खिलाफ, मोड़ देती है।

कार्य, दिमागी कार्य या शारीरिक कार्य, कोई बात नहीं ये कुछ भी हो, उन लोगों को अभिजात्य वर्ग का सदस्य बनाता है, जो इसे स्पष्ट चेतना के साथ और बिना किसी गलत शर्म के, करते हैं। घर की गृहणी, अपना हाथ किसी प्रकार का काम करने के लिये उठाये, ये कुछ देशों में अपमानजनक समझा जाता है; ये सोचा जाता है कि उसे बैठे रहना और सुन्दर दिखती रहना चाहिये, और शायद अब ये दिखाने के लिये कि वह घर की मालकिन है, उसे कुछ आदेश देने चाहिये!

पुराने चीन में, गुजरे हुए दिनों में, तथाकथित उच्चवर्ग—अपने अंगुलियों के नाखूनों को हास्यास्पद रूप से लंबे, वास्तव में, इतने लंबे, कि नाखूनों को दुर्घटनापूर्वक टूट जाने से बचाने के लिये, उनके ऊपर विशेष खोल चढ़ाने पड़ते थे, बढ़ा लेते थे। लंबे नाखूनों का उद्देश्य, ये दिखाना कि उनका स्वामी इतना धनाढ्य है कि उसे कुछ भी नहीं करना पड़ता, होता था। अपने स्वयं के लिये भी, लंबे नाखून, उसके काम करने की अक्षमता का एक पक्का प्रमाण था क्योंकि, लंबे नाखूनों को रखने वाला घर का मालिक या मालकिन—खुद अपने शरीर की आवश्यकताओं को भी पूरा नहीं कर सकता था, और हर काम को करने के लिये उसे नौकर रखने पड़ते थे!

साम्यवादियों की घुसपैठ के पहले, तिब्बत के भद्रवर्ग (noble men) के लोगों में से कुछ निश्चित (जो इसे अच्छी तरह जानते होंगे), लंबी बांहें, इतनी लंबी कि वे उनके हाथों को पूरा ढक लें और अंगुलियों के सिरे से 6 या 12 इंच लटकती रहें, पहनते थे। वह यह प्रदर्शित करने के लिये होता था कि ये लोग इतने महत्वपूर्ण और इतने धनवान थे कि उन्हें काम नहीं करना पड़ता था। लंबी—लंबी बांहें, लगातार स्मरण दिलानेवाली थीं कि उन्हें काम नहीं करना है, वे काम नहीं कर सकते। ये, वास्तव में, काम के वास्तविक उद्देश्य का अवनयन था। कार्य अनुशासन का, प्रशिक्षण का एक तरीका है। अनुशासन पूरी तरह आवश्यक है। ये अनुशासन ही है, जो सैनिकों की टूटी (कदम तोड़ कर चलती) हुई रेजीमेन्ट और अव्यवस्थित भीड़ के बीच अन्तर करता है। ये घर का अनुशासन ही है, जो नौजवानों—किशोरों को—जब वे किशोर नहीं रहेंगे, अच्छे नागरिक होने के लिये संभव बनाता है; अनुशासन की कमी, चमड़े की जैकेट पहननेवाले मूर्ख नौजवानों के झुण्ड को तैयार करती है, जो पूरी तरह से विनाश की ओर झुके हुए हैं।

हमने उल्लेख किया कि तिब्बत ऐसे स्थानों में से एक होने के कारण, जहाँ कार्य के संबंध में गलत विचार हैं, परंतु यह निचले स्तर के लोगों के बीच ही हैं। लामा मठों में यह नियम था कि प्रत्येक को, कोई बात नहीं वह कितना भी विशिष्ट क्यों न हो, कुछ निश्चित हालातों में, निश्चित समयों पर, निचले कार्य भी करने पड़ेंगे। यह (साम्यवादियों के अतिक्रमण के पहले तक था कि किसी उच्च मठाधिकारी को, फर्श को साफ करते हुए देखना,—निचले स्तर के भिक्षुओं द्वारा फर्श पर कूरा—करकट का फेंका जाना और उसे मठाधिकारी द्वारा साफ कर दिया जाना, असामान्य नहीं था। इसका उद्देश्य, मठाध्यक्ष को ये सिखाना था कि पृथ्वी पर की चीजें, अस्थाई प्रकार की थीं और आज का भिखारी, कल का राजकुमार भी हो सकता था और आज का राजकुमार, कल का भिखारी भी हो सकता था। सम्भवतः इस तथ्य से कुछ बिन्दु निकाले जा सकते हैं कि यूरोप के तमाम मुकुटधारी और दूसरे लोग, लंबे समय तक, देशों को शासन करने वाले राजा—रानी और राजकुमार नहीं बने रहे, परंतु तब किसी को यह

प्रदर्शित करना पड़ता है कि अनेक मुकुटधारियों तथा अध्यक्षों ने, पहले जब वे अधिकार में थे, यह सुनिश्चित कर दिया था कि जब उनके पास शक्ति नहीं होगी, तब भी उनके पास अत्यधिक धन व्यवस्था होगी। तथापि, ये विषय से हटना ही है, फिर भी हमें कहने दें कि कार्य, कोई बात नहीं ये किसी प्रकार का, नीच प्रकृति का या मानसिक प्रकृति का कार्य हो, जब इसे शुद्ध उद्देश्यों और इसके पीछे, "दूसरों के प्रति सेवा" के विचार के साथ किया जाए, ये ऊँचा उठाने वाला और कभी नीचा न गिराने वाला होता है। जंगलों के पीछे बैठी उन महिलाओं, जो अधिकारपूर्वक अपने कम वेतन पाने वाले नौकरों को तानाशाहीपूर्ण आदेश देती हैं, जबकि खुद एक उंगली भी नहीं चलाती, की प्रशंसा करने के बजाय, हमको नौकरों की प्रशंसा करनी चाहिए और जालियों के पीछे बैठी उन महिलाओं की अवहेलना करनी चाहिए, क्योंकि नौकर कुछ सम्मानजनक (कार्य) कर रहे हैं! जालियों के पीछे बैठी हुई महिलाएँ, बैठी रहकर कुछ नहीं कर रहीं।

हमने अभी हाल में ही-मांस खाने के संबंध में, कुछ हदतक गरमागरम, बातचीत सुनी। हमारा खुद का दृष्टिकोण यह है कि यदि कोई व्यक्ति मांस खाना चाहता है तो उसे मांस खाने दें, और यदि कोई व्यक्ति शाकाहारी होना चाहता है और मेवों के पीछे पेड़ पर चढ़ना चाहता है तो उसे शाकाहारी ही बना रहने दें और मेवों के पीछे पेड़ पर चढ़ने दें। जहाँ तक कि वे अपने बहुधा त्रुटिपूर्ण विचारों से दूसरों को, जो कि हिंसात्मक तरीके से किसी चीज का विरोध करने के बजाय, अत्यधिक नम्र हो सकते हैं, दूषित नहीं करते, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि कोई क्या खाता है और क्या नहीं खाता।

आदमी एक पशु है, कोई बात नहीं हम इस तथ्य को, अच्छे-अच्छे कपड़ों में और सुन्दर पाउडरों में और बाल रंगने के रंगों में, कितना भी छिपायें, आदमी और औरतें जानवर, मांस भी खाने वाले जानवर होते हैं। वास्तव में, कुछ रिपोर्टों के अनुसार मनुष्यजाति का मांस, स्वाद में, कुछ-कुछ सुअर के मांस (pork) की तरह होता है! अनेक लोग, गोया कि, सुअर के तरीके से व्यवहार करते हैं, इसलिए, संभवतः, ये बहुत कुछ हद तक ठीक है। नर मांसभक्षियों (carnnibals) से जब नरमांस के संबंध में पूछा गया, तो उन्होंने बताया कि काले आदमी का मांस मीठा और भुने हुए सुअर की तरह से होता है। श्वेत आदमी का मांस, स्पष्टरूप से, गोया कि एक जोड़, जो टूट गया हो की तरह से, बदबूदार और कड़वा मामला होता है।

तब हम सुझाव देते हैं कि यदि आप मांस खाना चाहते हैं, ऐसा करते रहें। यदि आप शाकाहार या घास को खाना चाहते हैं, करें। परंतु, किसी भी समय अपने विचारों को दूसरों के ऊपर न थोपें। ये दुःखपूर्ण तथ्य है कि जो शाकाहारी होते हैं या स्वस्थ खाना खाने के आदी होते हैं, अक्सर अपने विचारों के अतिवादी होते हैं मानो कि वे अपने तर्कों के लिए बड़े उग्र होते हैं, जिससे कि वे स्वयं को सहमत कर सकें। निर्णयात्मकरूप से, हमें ये दिखाई देता है कि इन व्यक्तियों में से अनेक, जिन्हें हम व्यक्तिगत रूप से चिड़चिड़ा (crank) समझते हैं, अनिश्चित होते हैं कि क्या वे सही चीज को कर रहे हैं। वे किसी चीज को चूकना नहीं चाहते। परंतु वह स्वयं में शाकाहारी नहीं होना चाहते यदि वे सोचते हैं कि दूसरे लोग मांस का आनन्द ले रहे हैं। धूम्रपान न करने वालों के साथ भी अक्सर यही मामला है! धूम्रपान न करने वाले, अक्सर दूसरे लोगों के ऊपर, जो धूम्रपान करते हैं, नाराज होते हैं, ये ऐसे सोचते हुए लगते हैं कि धूम्रपान न करने में, सीमा से अधिक पवित्र कुछ चीज है। वास्तव में, ये मात्र चयन का मामला है। आज के जमाने में, धूम्रपान करना, किसी को हताहत नहीं करता, परंतु शराब पीना-मादक पदार्थों को पीना-लोगों को क्षति पहुँचाता है क्योंकि यह उनके सूक्ष्मशरीर के साथ हस्तक्षेप करता है। इस संबंध में हम फिर कहते हैं कि, यदि कोई व्यक्ति पीना चाहता है और अपने सूक्ष्मशरीर को घायल करना चाहता है, ठीक है, ये उनकी पसंद है। किसी दूसरे व्यक्ति के पथ को बदलने के लिए बलपूर्वक किसी के पीछे पड़ना, निश्चितरूप से, गलत है।

जबकि हम मांस खाने इत्यादि, के विषय के ऊपर, जो हत्या को बढ़ावा देता है, चर्चा कर रहे

हैं, हमको एक दूसरे बिन्दु का भी उल्लेख करना चाहिए, जिसे आप भी रुचिपूर्ण पा सकते हैं। कुछ लोग कहते हैं कि किसी को कभी—भी, यहाँ तक कि एक कीट को भी नहीं मारना चाहिए। वे कहते हैं कि किसी को गाय या घोड़े या कोई दूसरी चीज जिसमें जीवन हो, को कभी नहीं मारना चाहिए। ये हमें आश्चर्यचकित कर देता है क्या हम प्राणी जगत में एक भारी बुराई कर रहे हैं, जब हम किसी मच्छर, जो हमें मलेरिया के लिए संक्रमित करने की धमकी देता है, को मारें! ये हमें अचभित करता है, कि यदि हम वायरस के विरुद्ध इंजेक्शन लाते हैं, क्या हम प्राणी जगत के विरुद्ध कोई अपराध कर रहे हैं। कुलमिलाकर, एक छोटा कीट (microbe) या एक वायरस (virus), एक जीवित व्यवस्था है, क्या हम तब अपने अधिकारपूर्ण रुख के कारण, टी.बी. (T.B.) के कीटाणुओं को भी मारने का प्रयास रोक देंगे, कैंसर के कीटाणुओं को मारने का प्रयास भी रोक देंगे, क्या हम जुकाम के लिए कोई इलाज ढूँढते वक्त कोई बहुत बड़ा पाप कर रहे हैं? किसी भी बीमारी का इलाज करने का प्रयास करने के मामले में हम निश्चितरूप से, जीवन समाप्त करते हैं। हमें इस संबंध में तर्कयुक्त होना चाहिए।

शाकाहारी कहते हैं कि हमें जीवन नहीं लेना चाहिए। अब, बंदगोभी (cabbage) में जीवन होता है, इसलिए यदि हम जमीन पर से बंदगोभी को चीरते हैं, ताकि हम उसे खा सकें तो हम जीवन का नाश कर रहे हैं, जिसको हम उत्पन्न नहीं कर सकते। यदि हम एक आलू अथवा अजवाइन की एक पत्ती, या कोई दूसरी चीज लें, तो हम जीवन का नाश कर रहे हैं, और जैसे एक शाकाहारी, जीवन का नाश करता है वैसे ही एक मांस खाने वाला, जीवन क्यों नहीं ले सकता और वह क्यों नहीं खा सकता, जिसकी उसके शरीर को आवश्यकता है— मांस? अक्सर यह कहा जाता है कि अच्छे बौद्ध मांस नहीं खाते और हमें जल्दी से समर्थन करना चाहिए कि अधिकांश बौद्ध मांस नहीं खाते और अक्सर इसका कारण है कि वे इसकी कीमत नहीं झेल सकते। बौद्धमत उन अत्यंत—अत्यंत गरीब देशों में बहुतायत से फैला। उदाहरण के लिए, तिब्बत में मांस अनसुनी गई विलासिता थी, जो धनाढ्यों में भी धनाढ्य व्यक्तियों के द्वारा उपभोग की जा सकती थी। सामान्य व्यक्ति वनस्पति या त्संपा पर रहते थे। वनस्पति भी एक विलासिता थी। भिक्षु, जो विलासिता के अभ्यस्त नहीं थे, त्संपा पर रहते थे और दूसरा कुछ नहीं, परंतु इसके स्वाद को अच्छा करने के लिए, धर्म के नेताओं ने आदेश दिया कि मांस खाना गलत है। इसप्रकार वे लोग, जो किसी प्रकार से मांस नहीं पा सकते थे, कैसे भी, उन्होंने अनुभव किया कि वे मूल्यवान हैं। मांस न खाने में, हम महसूस करते हैं कि इन चीजों के विषय में लिखना, अत्यधिक बेवकूफी होगी। मांस खाने वाले मांस खाना पसंद करते हैं—ठीक है, उन्हें खाने दें। यदि शाकाहारी अजवाइन की दाल को चूसना चाहता है तो उसे चूसने दें, जबतक कि वह अपने विचार दूसरों पर नहीं थोपता। इसीप्रकार यदि एक व्यक्ति, कीट को नहीं मारना चाहता और अपने कैंसर वायरस को बने रहना पसंद करता है या इलाज करने के बजाय—अपने टी.बी. के जीवाणुओं को बने रहने देना चाहता है, तब ये उसकी पसंद है।

हम अक्सर अत्यधिक परेशानी से ग्रस्त लोगों से पत्र प्राप्त करते हैं, जो हमें बताते हैं कि अमुक व्यक्ति, अत्यधिक निराशापूर्ण ढंग से, सहायता की, सलाह की, आवश्यकता में है, और वे किसी व्यक्ति को कैसे सम्मोहित कर सकते हैं या किसी व्यक्ति को दूसरे ढंग से रहने के लिए कैसे मजबूर कर सकते हैं। हम ऐसे मामलों में कभी मदद नहीं करते, क्योंकि हमारा विश्वास है कि वास्तव में, किसी दूसरे व्यक्ति के पथ को प्रभावित करने का प्रयास करना, बहुत—बहुत गलत है। इस पाठ्यक्रम में, उदाहरण के लिए, ज्ञान उपलब्ध है। हम अपनी राय देते हैं, हम वह कहते हैं, जो हम जानते हैं, परंतु विश्वास करने के लिए, हम आपके ऊपर बलपूर्वक लादने का प्रयास नहीं करते। यदि आप इस पाठ्यक्रम को पढ़ रहे हैं तो हमारे अनुमान के अनुसार, आप वह सुनने के लिए तैयार हैं, जो हमें कहना है! यदि आप हमें नहीं सुनना चाहते तो पुस्तक को बंद कर देना एक आसान तरीका है।

यदि आपको सलाह देने के लिए कहा जाए, इसे दें, परंतु अपनी राय को किसी व्यक्ति के ऊपर

लादने का प्रयास न करें, और, अपनी राय देने के बाद, पूरे मामले को छोड़ दें क्योंकि आप नहीं जानते कि दूसरे व्यक्ति ने अपने जीवन में अपने पथ को किसप्रकार व्यवस्थित किया है। यदि आप एक व्यक्ति को कुछ करने के लिए जबरदस्ती करते हैं, जिसे वह नहीं करना चाहता। तब आपको उनके कर्म के साथ में जोड़ा जा सकता है। ये असुखद कर्म भी हो सकता है!

हम कुछ जानवरों के बारे में ये कहना चाहते हैं! अनेक लोग जानवरों को मात्र प्राणी की तरह समझते हैं जो दो के बदले में अपने चार पैरों पर चलता है। लोग जानवरों को गूंगा प्राणी समझते हैं क्योंकि वे इंग्लिश या फ्रेंच या जर्मन या स्पेनिस, नहीं बोलते हैं। परंतु तब, जानवर भी आदमियों को बहरे आदमी कह सकते हैं, यदि आप सही में दूरानुभूतिपूर्ण होते तो आप पाते कि जानवर भी बोलते हैं, वे अनेक आदमियों की तुलना में अधिक होशियारी से बात करते हैं। कुछ वैज्ञानिकों ने साइंटिफिक अमेरिकन (Scientific American) के ताजे अंक में अपने शोध में लिखा है कि मधुमक्खियों की भाषा होती है, मधुमक्खियाँ भी अपने आपस में एक-दूसरे को विस्तार से निर्देश देती हैं, और वे बड़ी-बड़ी सभाएँ बैठाती हैं।

कुछ वैज्ञानिक, डोलफिन (Dolphin) मछलियों में, उनकी विशेष बोली में, या, जैसा वे सोचती हैं, उनकी विशेष आवाजों में, जो वे निकालती हैं, रुचि लेने लगे हैं। ये ध्वनियों टैप रिकॉर्डर पर रिकॉर्ड की गई थीं और तब अलग-अलग गतियों पर पुनरुत्पादित (reproduce) की गईं। एक विशेषगति पर ये बोली एकदम मानवीय बोली के समान प्रतीत हुईं।

पशु वे अस्तित्व हैं, जो एक विशेष आकृति में, एक विशेष शकल में, इस संसार में आये ताकि वे अपना वह कार्य कर सकें, जो कि उनके स्वयं की उन्नति के लिए उपयुक्त हो। हम दो स्यामी बिल्लियों, जो काफी दूरानुभूतिपूर्ण हैं, के साथ जुड़े रहते हुए काफी अनुभव के बाद सौभाग्यशाली स्थिति में हैं— और इनके साथ, अधिकांशरूप से उसी तरीके से बातचीत करना संभव है, जैसे कि कोई चतुर व्यक्तियों के साथ कर सकता है। कई बार, स्यामी बिल्लियों के विचारों को पकड़ लेना कि वे आदमियों को क्या समझती हैं, ये बिल्कुल भी चापलूस नहीं होतीं। यदि कोई जानवरों को अपने बराबर समझता है, जो कि दूसरी, भिन्न आकृति में हैं, तो वह उनके अधिक करीब आ सकता है, उनके साथ कोई उन चीजों के ऊपर बातचीत कर सकता है, जो अन्यथा असम्भव होती।

एक कुत्ता, उदाहरण के लिए, एक आदमी की दोस्ती को पसंद करता है। एक कुत्ता, सेवक होना चाहता है क्योंकि, उससे उसे प्रशंसा और चापलूसी मिलती है। दूसरी तरफ, एक स्यामी बिल्ली, अक्सर, आदमियों से काफी निंदा प्राप्त करती है, क्योंकि स्यामी बिल्ली की तुलना में, आदमी पूरी तरह से अपंग है। एक स्यामी बिल्ली, खासतौर से गूढ़ शक्तियों और दूरानुभूति शक्तियों की, स्वामिनी होती है। तो— अपनी खुद की बिल्लियों के साथ या अपने खुद के कुत्तों के साथ या अपने घोड़े के साथ क्यों नहीं हिलमिल कर रहा जाये ? यदि आप चाहते हैं, यदि आप गंभीरता से विश्वास करते हैं, तब आप अभ्यास के साथ, दूरानुभूति से, उस जानवर से बातचीत कर सकते हैं।

इस प्रकार हम इस पाठ्यक्रम की समाप्ति पर पहुँचते हैं परंतु हम, आपके साथ अपना संबंध समाप्त करने की उम्मीद नहीं करते हैं। ये पाठ्यक्रम, जो तथाकथित अमूर्त भौतिकी के इन सभी विचारों वाला एक अभ्यास पाठ्यक्रम है, हमारा विश्वास है कि ये आपको दिखा चुका होगा कि ये कितना नितांत साधारण सा, कितना नितांत सरल है। हमारे पास एक दूसरा पाठ्यक्रम है, जो अधिक परंपरागत तरीके से संस्कृत नाम बताते हुए, उन विषयों को बताता है। हम सुझाव देते हैं कि इस पाठ्यक्रम पर विचार करना, आपके लिए अत्यंत लाभकारी होगा क्योंकि आपने हमारे साथ इतनी दूर तक अध्ययन किया है, विश्वस्तरूप से आप और आगे जाना चाहेंगे।

हम अलबिदा नहीं कहते तब क्योंकि हम आशा करते हैं कि आप थोड़े लंबे समय के लिए हमारे साथ आएँगे। इसके बदले में, हम स्पेनिश भाषा में कहते हैं "हस्ता ला विस्ता (Hasta la vista)"

प्रकाशकों के विभाग की दयालुता

जब से “तीसरी आँख” सबसे पहले प्रकाशित हुई है, वर्षों तक मुझे भारी मात्रा में डाक मिली है, और वर्तमान समय तक मैंने उसका हमेशा उत्तर दिया है। अब मुझे कहना है कि, मैं यहाँ से आगे किसी भी डाक का जबाव देने में सक्षम नहीं हो सकूँगा, जब तक कि उसके साथ, पूरा-पूरा वापिसी डाक खर्चा नहीं भेजा गया हो। इसलिये कृपया मेरे प्रकाशक को, मुझे अग्रेषित करने के लिये पत्र न भेंजें क्योंकि, मैंने अपने प्रकाशक को, मुझे कोई पत्र अग्रेषित नहीं करने को कहा है।

लोग ये भूल जाते हैं कि, उन्होंने किताब के लिये पैसा दिया है, किसी जीवनपर्यत्, मुफ्त डाक सलाहकार सेवा, के लिये नहीं। प्रकाशक, आखिर प्रकाशक ही है – कोई पत्रों को अग्रेषण करनी वाली सेवा नहीं।

मुझे पूरे संसार से, पर्दे के पीछे से भी, पत्र मिले, परन्तु हजारों लोगों में से एक ने भी, वापिसी का खर्चा नहीं भेजा, और लागत इतनी ज्यादा है कि, मैं उत्तरों का खर्चा, अब और नहीं झेल सकता। लोग ऐसी बेतुकी चीजों को भी पूछते हैं। उनमें से कुछ यहाँ हैं :

जब मैं आयरलेण्ड में था, ऑस्ट्रेलिया से एक अत्यन्त निराशाजनक पत्र था, जो मुझ तक पहुँचा। मामला वास्तव में, अत्यावश्यक था, इसलिये मैंने अपने खर्चे पर ऑस्ट्रेलिया को समुद्री तार (cable) भेजा, और मुझे धन्यवाद ज्ञापन तक नहीं मिला।

संयुक्तराज्य अमेरिका में, ये मांग करते हुए कि, मुझे उनके लिये एक थीसिस लिखनी चाहिये और उन्हें वापिसी हवाई जहाज से भेजनी चाहिये, किसी महानुभाव ने मुझे पत्र लिखा। वह इसे पूर्वी दर्शनशास्त्र (oriental philosophy) में डॉक्टरेट की डिग्री प्राप्त करने के लिये उपयोग करना चाहते थे। वास्तव में उन्होंने कोई डाक खर्च नहीं भेजा। ये मात्र, एक धमकी भरी मांग थी।

एक अंग्रेज आदमी ने, बहुत ही अहंकारी भाव से, मेरे प्रमाणपत्रों की मांग करते हुए, अन्य पुरुष (third person) में पत्र लिखा और केवल यदि, वे उनके हिसाब से पूरी तरह संतोषजनक हुए तो, वह स्वयं को मेरे अन्तर्गत शिष्य के रूप में प्रस्तुत करेंगे, बशर्ते इसके लिये, मैं उससे कोई शुल्क न लूँ। दूसरे शब्दों में, ये समझा गया था कि, मुझे सम्मानित किया जा रहा है। “मैं नहीं समझता कि, उन्हें मेरा जबाव पसंद आयेगा।”

दूसरे किसी ने, मुझे लिखा और कहा कि, यदि, मैं “और मेरे मित्र” रात को सूक्ष्मशरीरी यात्रा में, तिब्बत से आयेँ और उसके बिस्तर के चारों तरफ जुड़ जाऐँ तो, वह सूक्ष्मशरीरी यात्रा के संबंध में अधिक प्रसन्न अनुभव करेगा।

दूसरे किसी ने मुझे लिखा और मुझसे उच्च, शाश्वत, चीजों के बारे में से हर एक के बारे में,

(यदि मैं चाहूँ तो इसका उत्तर दे सकता हूँ) ये बताने के लिये कि, मुर्गियों और किसी के पति (hens and ones husband) को कैसे एक साथ रखा जाये। लोगों ने ये भी समझा कि, जो कुछ उनके मन में आये, वे मुझे लिख सकते हैं और यदि मैं जबावी हवाई जहाज से उनको उत्तर न दूँ तो वे आक्रामक भी हो सकते हैं।

मैं आपसे कहना चाहता हूँ कि, मेरे प्रकाशकों को परेशान न करें, वास्तव में, मैंने उन्हें, कोई भी पत्र मुझे भेजने के लिये, मना किया है क्योंकि, वे प्रकाशक के रूप में व्यापार में हैं। उन लोगों के लिये, जो वास्तव में, उत्तर पाना चाहते हैं (यद्यपि मैं पत्रों को आमंत्रित नहीं करता) मेरे घर का पता है :

Dr. T Lobsang Rampa,
BM/LTR,
London W.C.I., England

मैं किसी जबाब की गारंटी नहीं देता, और यदि आप इस पते का उपयोग करते हैं तो आपको उचित डाकखर्च भेजना पड़ेगा क्योंकि, पत्र मेरे पास अग्रेषित किये जायेंगे और मुझे भुगतान करना पड़ेगा, इसलिये मैं उत्तर देने के लिये पर्याप्त मधुर विचार में नहीं होऊँगा, जब तक कि, आप मेरे खर्च को अपना खर्चा न बना लें। उदाहरण के लिये, जब तक कि, अग्रेषण प्रभारों का भुगतान किया जाये, ये कम से कम मुझे एक डॉलर की लागत पड़ेगी।

T. Lobsang Rampa