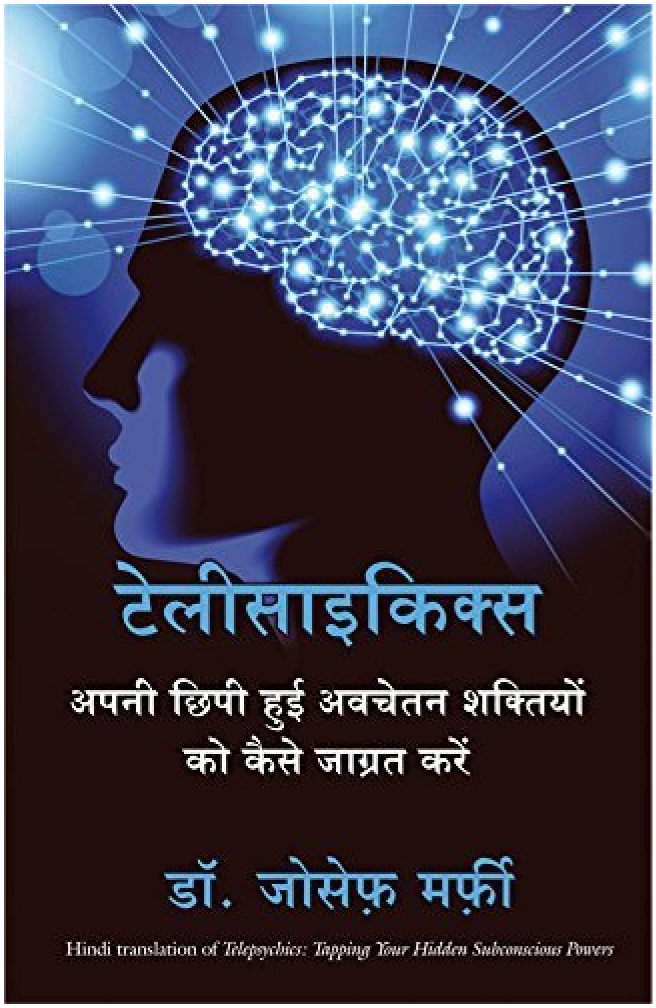
टेलीसाइकिक्स

अपनी छिपी हुई अवचेतन शक्तियों को कैसे जाग्रत करें

डॉ. जोसेफ़ मर्फ़ी

Hindi translation of *Telepsychics: Tapping Your Hidden Subconcious Powers*


टेलीसाइकिक्स
अपनी छिपी हुई अवचेतन शक्तियों
को कैसे जाग्रत करें
डॉ. जोसेफ़ मर्फ़ी
Hindi translation of *Telepsychics: Tapping Your Hidden Subconscious Powers*

टेलीसाइकिक्स

टेलीसाइकिक्स
अपनी छिपी हुई अवचेतन शक्तियों को कैसे जाग्रत करें

डॉ. जोसेफ़ मर्फ़ी

अनुवाद : डॉ. सुधीर दीक्षित

MANJUL
मंजुल पब्लिशिंग हाउस

मंजुल पब्लिशिंग हाउस प्रा. लि.
कॉरपोरेट एवं संपादकीय कार्यालय
द्वितीय तल, उषा प्रीत कॉम्प्लेक्स, 42 मालवीय नगर, भोपाल- 462 003
ई मेल : manjul@manjulindia.com
वेबसाइट : www.manjulindia.com
विक्रय एवं विपणन कार्यालय
7/32, भू तल, अंसारी रोड, दरियागंज, नई दिल्ली-110 002
ई मेल : sales@manjulindia.com
वितरण केन्द्र
अहमदाबाद, बेंगलुरू, भोपाल, कोलकाता, चेन्नई, हैदराबाद, मुम्बई, नई दिल्ली, पुणे

जोसेफ़ मर्फ़ी द्वारा लिखित मूल अंग्रेजी पुस्तक टेलीसाइकिक्स का हिन्दी अनुवाद

कॉपीराइट © 1973 जोसेफ़ मर्फ़ी
जे. एम. डब्ल्यु. ग्रुप इंक. और द जीन मर्फ़ी ट्रस्ट
द्वारा सर्वाधिकार सुरक्षित

यह हिन्दी संस्करण 2015 में पहली बार प्रकाशित

ISBN 978-81-8322-603-5

हिन्दी अनुवाद : डॉ. सुधीर दीक्षित

यह पुस्तक इस शर्त पर विक्रय की जा रही है कि प्रकाशक की लिखित पूर्वानुमति के बिना इसे या इसके किसी भी हिस्से को न तो पुनः प्रकाशित किया जा सकता है और न ही किसी भी अन्य तरीक़े से, किसी भी रूप में इसका व्यावसायिक उपयोग किया जा सकता है। यदि कोई व्यक्ति ऐसा करता है तो उसके विरुद्ध कानूनी कार्रवाई की जाएगी।

विषय-सूची

यह पुस्तक आपके लिए क्या कर सकती है

1. टेलीसाइकिक्स की जादुई शक्ति किस तरह आपके जीवन को आदर्श बना सकती है
2. टेलीसाइकिक्स किस तरह युगों पुराने महान रहस्य को उजागर करती है
3. टेलीसाइकिक्स को अपने लिए चमत्कार कैसे करने दें
4. टेलीसाइकिक्स आपको भविष्य देखने और अंतर्बोध की आवाज़ पहचानने की शक्ति देती है
5. टेलीसाइकिक्स किस तरह सपनों में जवाब उजागर करती है
6. प्रभावी टेलीसाइकिक तकनीकें और प्रार्थना की प्रक्रियाएँ - वे आपके लिए कैसे काम करती हैं
7. टेलीसाइकिक्स की मदद से वह प्रार्थना कैसे करें, जो कभी नाकाम नहीं होती
8. टेलीसाइकिक्स के रहस्यमय स्त्रोतों के समीप कैसे जाएँ
9. प्रार्थना के चार-आयामी जवाब के रूप में टेलीसाइकिक्स का इस्तेमाल कैसे करें
10. टेलीसाइकिक्स आपके मन की ज़्यादा ऊँची शक्तियों को कैसे सक्रिय करती है
11. टेलीसाइकिक्स आस्था के जादू को बनाने में किस तरह मदद करती है
12. टेलीसाइकिक्स कैसे सही निर्णय का मार्गदर्शन देती है
13. टेलीसाइकिक्स और आपके अवचेतन के चमत्कार
14. टेलीसाइकिक्स की शक्ति, जो जीवन की अच्छी चीज़ें आपकी ओर लाती है
15. टेलीसाइकिक्स को अपने जीवन का कायाकल्प कैसे करने दें
16. कैसे टेलीसाइकिक्स आपको एक नई आत्म-छवि की शक्ति दे सकती है
17. टेलीसाइकिक्स नई शक्तियों के लिए आपके अवचेतन का दोहन कैसे कर सकती है

18. टेलीसाइकिक्स और ईश्वरीय ज्ञान के साथ आपकी कड़ी

19. टेलीसाइकिक्स कैसे मन के नियम को सक्रिय करती है

20. टेलीसाइकिक्स आपके मन की शक्तियों को कैसे बेहतर करती है

समापन

यह पुस्तक आपके लिए क्या कर सकती है

टेलीसाइकिक्स (अतीन्द्रिय शक्ति) का मतलब है अपने मन की विभिन्न और आश्चर्यजनक शक्तियों के साथ लगातार संप्रेषण। रोचक बात यह है कि टेलीसाइकिक्स की शक्ति हर इंसान के पास होती है। चाहे यूरोप हो, एशिया हो, अफ़्रीका हो, ऑस्ट्रेलिया हो या हमारे देश अमेरिका के ही विभिन्न शहर हों, जहाँ भी मैं जाता हूँ, लोग मुझे बताते हैं कि आश्चर्यजनक अदोहित शक्तियों से उनका संपर्क हुआ, जिन्होंने उनके जीवन को पूरी तरह बदल दिया।

यह पुस्तक पूरी तरह से व्यावहारिक और ज़मीन से जुड़ी है। यह उन सभी लोगों के लिए लिखी गई है, जो अपनी इच्छाओं को साकार करने और ज़रूरत की चीज़ें पाने के लिए अपने मन में छिपी दौलत का इस्तेमाल करना चाहते हैं। अगर आप सही तरीक़े से अपने अवचेतन मन के नियमों का पालन करते हैं, तो आपको तुरंत परिणाम मिल सकते हैं। इस पुस्तक के हर अध्याय में आपको ऐसी सरल व व्यावहारिक तकनीकें और आसान योजनाएँ मिलेंगी, जिनकी मदद से आप भरा-पूरा और सुखी जीवन जी सकते हैं।

टेलीसाइकिक्स आपको सिखाती है कि चुनौतियों, मुश्किलों, मुसीबतों व दैनिक जीवन की अन्य समस्याओं का सामना कैसे करें और उनसे कैसे निबटें। यह आपके भीतर की असाधारण शक्तियों को तुरंत सक्रिय करने की विशेष तकनीकें भी बताती है।

इस पुस्तक की अनूठी विशेषताएँ

इसमें आप सीखेंगे कि भावी घटनाओं का चित्र कैसे देखें और यदि वे नकारात्मक प्रकृति की हों, तो गूढ़ शक्तियों के इस्तेमाल से उन्हें कैसे बदलें। आप सीखेंगे कि अपनी अंतर्बोध और अन्य अतीन्द्रिय शक्तियों को कैसे विकसित करें, ताकि आप स्वतंत्रता और मानसिक शांति के राजमार्ग पर पहुँच जाएँ। आप काले और सफ़ेद जादू के अंधविश्वासी उद्गम को जानेंगे और यह भी कि तथाकथित वूडू शाप या अन्य नकारात्मक सुझावों को कैसे नकारा और अस्वीकार किया जाए, यदि वे आप पर नकारात्मक प्रभाव डाल रहे हों।

इस पुस्तक में, आप अतीन्द्रिय अनुभूति की शक्तियों का इस्तेमाल करना भी सीखेंगे। आप तथाकथित 'मृत' लोगों के साथ संवाद कर सकते हैं और यह पता लगा सकते हैं कि क्या किसी परिजन ने सचमुच आपसे बातचीत की है। कई लोग अभौतिक शरीरों की आवाज़ों के साथ लंबी बातचीत करते हैं और उन्हें असाधारण रूप से बुद्धिमत्तापूर्ण उत्तर मिलते हैं। आप जानेंगे कि कोई संवेदनशील या अतीन्द्रिय व्यक्ति स्वचालित लेखन (पेन या

पेंसिल का इस्तेमाल किए बिना) का कैसे अभ्यास करता है और कमाल की सटीकता के साथ भावी घटनाओं को कैसे उजागर करता है।

इस पुस्तक के कई अध्याय लिखते समय मेरे दिमाग़ में सेल्समैन, स्टेनोग्राफ़र, डाकिए, गृहिणी, व्यवसायी, काउंटर के पीछे खड़े क्लर्क, विद्यार्थी, पेशेवर व्यक्ति, लगभग वे सभी लोग थे, जो जीवन में अपने सपनों, इच्छाओं और महत्त्वाकांक्षाओं को पूरा करना चाहते हैं। इसलिए हर अध्याय सरल और व्यावहारिक तकनीकों से भरा हुआ है, जिसमें बताया जाएगा कि अपने अतीन्द्रिय मन की शक्तियों का आह्वान करने के लिए क्या करना है और यह काम कैसे करना है। और आपको यह जानकारी भी मिलेगी कि आपके अवचेतन मन में एक ईश्वरीय प्रज्ञा रहती है, जो सच्चा जवाब जानती और देती है।

इस पुस्तक की कुछ झलकियाँ

इस पुस्तक में असल ज़िंदगी के कुछ उदाहरण हैं, जो बताते हैं कि टेलीसाइकिक या अतीन्द्रिय शक्तियों का इस्तेमाल करने से लोगों को कैसे लाभ हुआ है :

➤ कॉलेज का एक विद्यार्थी फ़ेल हो रहा था, लेकिन अचानक उसे अहसास हुआ कि ईश्वर कभी फ़ेल नहीं हो सकता - ईश्वर के साथ संपर्क जोड़ने पर उसे ज़बर्दस्त सफलता मिली।

➤ सपने में एक युवा नर्स ने देखा कि जिस हवाई जहाज़ से वह जाने वाली है, उसका अपहरण हो गया है। उसने अपनी यात्रा रद्द कर दी और बाद में उस विमान का सचमुच अपहरण हो गया।

➤ एक सेल्स मैनेजर ने अपना ध्यान एक ख़ाली दीवार पर केंद्रित किया और उस पर उन वार्षिक बिक्री आँकड़ों की मानसिक तस्वीर देखी, जिन्हें वह हासिल करना चाहता था। उसे ज़बर्दस्त परिणाम मिले।

➤ एक महिला चार लोगों से डर रही थी, जो उसके अनिष्ट के लिए प्रार्थना कर रहे थे। वह संसार की एकमात्र शक्ति के साथ जुड़कर अपने डर से उबर गई और अब शांतिपूर्ण जीवन का आनंद ले रही है।

➤ हवाई में एक महिला ने तथाकथित काले जादू और वूडू शापों पर हँसना सीख लिया। उसने अपने भीतर की शक्ति को खोजा और कहा, 'अब मैं स्वतंत्र हूँ।'

➤ विश्वविद्यालय की एक विद्यार्थी जीवनसाथी को पाने के लिए प्रार्थना कर रही थी और उसने अपने भावी पति को सपने में एक पुस्तक बाँह में दबाए देखा। वह दो महीने बाद

उससे मिली और उनकी शादी हो गई।

➢ टेलीसाइकिक्स की बदौलत एक पुलिस अधिकारी ने कोकीन और हेरोइन का बड़ा अवैध ज़खीरा खोज लिया। यह सब उसके सामने एक सपने में उजागर किया गया था। नशीले पदार्थों की क़ीमत 30 लाख डॉलर थी।

➢ एक पत्नी ने टेलीसाइकिक्स का इस्तेमाल करके अपने पति की जान बचाई। एक दुश्मन ने पति पर तीन गोलियाँ चलाईं, लेकिन पत्नी की रक्षात्मक प्रार्थना की वजह से उसके सभी निशाने चूक गए।

➢ टेलीसाइकिक्स ने सपना दिखाकर एक व्यक्ति की जान बचाई। उसने सपने में अख़बार की सुर्ख़ी पढ़ी, जिसमें लिखा था कि उस विमान में यात्रा कर रहे 92 यात्री मर गए हैं। उसने अपनी उड़ान रद्द कर दी और जिस दुर्घटना की ख़बर उसने सपने में पढ़ी थी, वह सचमुच हो गई।

➢ टेलीसाइकिक्स ने एक माँ-बेटे की जान बचाई, जो गैस रिसने की वजह से मरने की कगार पर थे। उसका मृत पति उसके सामने प्रकट हुआ और उससे गैस बंद करने को कहा।

➢ टेलीसाइकिक्स ने एक खोए हीरे का पता बताया। सपने में एक महिला ने स्पष्टता से देखा कि उसकी हीरे की खोई अँगूठी नौकरानी के कमरे में क़ागज़ में लिपटी हुई है और नौकरानी के पुराने जूते में रखी है।

➢ टेलीसाइकिक्स एक व्यवसायी के अदृश्य साझेदार और मार्गदर्शक के रूप में काम करती है, जो अक्सर बॉन्ड्स में 10 लाख डॉलर तक का निवेश करता है। उसके निवेश हमेशा बहुत लाभदायक होते हैं।

➢ टेलीसाइकिक्स की आसान व्याख्या ने आत्महत्या के इच्छुक व्यक्ति की जान बचाई।

➢ टेलीसाइकिक्स के ज्ञान की वजह से एक आदमी जलते हुए विमान में बच गया।

➢ एक युवा व्यवसायी ने टेलीसाइकिक्स का अभ्यास किया और सोने के शेयरों में दौलत कमाई। एक आदमी ने सपने में उसे सोने के शेयरों के नाम बताकर कहा कि वह इन्हें ख़रीद ले। उसने उन निर्देशों पर अमल किया और अमीर बन गया।

➢ टेलीसाइकिक्स ने एक युवा सेक्रेटरी को खोई वसीयत का पता-ठिकाना बताया, जिसके पिता कोई दस्तावेज़ छोड़े बगैर ही मर गए थे।

➢ टेलीसाइकिक्स ने सपने में एक शिक्षिका की छिपी प्रतिभा उजागर की और पूर्ण अभिव्यक्ति तथा दौलत के संग्रह की उसकी दिली इच्छा पूरी की।

➢ टेलीसाइकिक्स ने एक लड़की को छिपे हुए पारिवारिक धन का पता-ठिकाना बताया,

जिसके पिता मर गए थे। उसके पिता ने सपने में आकर उसे दिखाया कि वह स्टील का बक्सा कहाँ है, जिसमें 13 हज़ार डॉलर रखे थे।

➤ टेलीसाइकिक्स ने एक युवक को एयरलाइन पायलट बना दिया। दस पदों के लिए 2,500 आवेदक थे, जिनमें से 90 प्रतिशत के पास इस युवक से ज़्यादा अनुभव था। उसने पायलट के रूप में काम करने का चित्र देखा और वह पायलट बनने में सफल हुआ।

➤ टेलीसाइकिक्स ने एक आदमी को नींद में बताया कि जुए में रूलेट वील के किन अंकों पर दाँव लगाना है। अगले दिन वह 50,000 डॉलर जीत गया।

➤ टेलीसाइकिक्स ने एक युवती को मिट्टी के हंडे का पता-ठिकाना बताया। उसके पिता ने पीछे के अहाते में खुदाई की और उन्हें वह हंडा मिल गया, जिसमें 1898 तक के पुराने मूल्यवान सिक्के भरे हुए थे।

टेलीसाइकिक्स एक सरल, व्यावहारिक, तार्किक और वैज्ञानिक विधि है, जो आपकी सबसे गहरी इच्छाओं को संतुष्ट करती है। मैं पूरी तरह से, निश्चित रूप से, असंदिग्ध रूप से और निर्णायक रूप से कहना चाहता हूँ कि अगर आप इस पुस्तक में दिए निर्देशों पर चलते हैं, तो आप समृद्ध, सुखद, ख़ुशहाल और सफल जीवन की फ़सल काटेंगे। इस पुस्तक के मार्गदर्शन का अनुसरण करें, अपने दैनिक जीवन में इसे उतारें और अपने जीवन में चमत्कार होते देखें!

डॉ. जोसेफ़ मर्फ़ी

1

टेलीसाइकिक्स की जादुई शक्ति किस तरह आपके जीवन को आदर्श बना सकती है

जादू का मतलब है विभिन्न तकनीकों से वांछित परिणाम या प्रभाव उत्पन्न करने की कला। लोग संगीत के जादू, वसंत के जादू और सौंदर्य के जादू की बात करते हैं। जादू भ्रम उत्पन्न करने की कला को भी कहते हैं, जैसे मनोरंजन में, हाथ की सफ़ाई द्वारा, जादूगरी और बाज़ीगरी द्वारा, जहाँ कोई किसी हैट में से ख़रगोश निकालता है या किसी इंसान को ग़ायब कर देता है।

आपके भीतर की अदृश्य शक्ति

ज़्यादातर लोग अज्ञात शक्तियों के प्रभाव को जादू कहते-समझते हैं। बहरहाल, जादू एक सापेक्ष शब्दावली है। ज़ाहिर है, यदि आपको प्रक्रियाओं का ज्ञान हो, तो आप उसे जादू का काम नहीं समझेंगे। आज भी संसार के कई दूर-दराज़ के इलाक़ों में ऐसे आदिमानव रहते हैं, जो विमान, रेडियो, टेलीविज़न या रिकॉर्डिंग मशीन आदि को जादुई वस्तुएँ मानेंगे। आज से 150 या 200 साल पहले अमेरिका में भी इन्हें जादुई माना जाता।

आज हम यह बात जानते हैं कि अंतरिक्ष यात्री कैसे चाँद पर पहुँचने में कामयाब होते हैं, इसलिए हम इसे जादुई नहीं कहते। बहरहाल, इतना समझ लें कि सभी शक्तियाँ अज्ञात प्रकृति की होती हैं; सभी चीज़ें आत्मा से आती हैं। हमें आत्मा दिखती नहीं है, लेकिन हम ख़ुशी के भाव को महसूस कर सकते हैं, हम खेल भावना को, संगीतकार के भाव को, वक्ता के भाव को और अच्छाई, सत्य तथा सौंदर्य के भाव को अपने दिलो-दिमाग़ में हिलोरें मारते महसूस कर सकते हैं।

किसी भी धर्मशास्त्री या धर्मगुरु ने ईश्वर या आत्मा को कभी नहीं देखा है, लेकिन हम ईश्वर की उपस्थिति और शक्ति का इस्तेमाल अपने जीवन के सभी पहलुओं में कर सकते हैं। मिसाल के तौर पर, हम यह नहीं जानते हैं कि विद्युत क्या है; हम तो बस इसके कुछ इस्तेमालों के बारे में जानते हैं। यह शक्ति हमारे लिए आज भी अज्ञात है। वास्तव में, हम

सभी लगातार जादू का अभ्यास करते हैं। हम अपनी अँगुली उठाने की इच्छा करते हैं - और लो, अदृश्य शक्ति हमारे मन की इच्छा के अनुसार प्रतिक्रिया करती है; लेकिन हमें सटीकता से पता नहीं होता कि हम अपनी अँगुली कैसे हिलाते और उठाते हैं।

सुकरात ने कहा था कि सिर्फ़ एक अँगुली उठाने मात्र से ही आप आसमान के सबसे दूर के सितारे को विचलित कर देते हैं। आप महसूस करेंगे कि हम सभी अपने भीतर की जादुई शक्ति से पर्याप्त परिचित होते हैं, हालाँकि रोज़मर्रा के संसार में हम इसे इस नाम से नहीं पुकारते हैं।

जादुई शक्ति के संपर्क में आना

आप अपने भीतर की ईश्वरीय शक्ति से संपर्क करके अपने पूरे जीवन का कायाकल्प कर सकते हैं। चाहे यूरोप हो, एशिया हो, अफ़्रीका हो, ऑस्ट्रेलिया हो या अमेरिका के कई शहर हों, जहाँ भी मैं जाता हूँ, लोग मुझे इस आश्चर्यजनक, अदोहित शक्ति के बारे में बताते हैं, जिससे संपर्क करते ही उनके जीवन का कायाकल्प हो गया। उनमें से कई से उनके पुराने मित्रों और परिचितों ने यह तक कहा, 'तुम्हें क्या हुआ? तुम तो पहचान में ही नहीं आ रहे हो।'

इस पुस्तक में बताई तकनीकों और प्रक्रियाओं पर चलेंगे, तो आप पाएँगे कि यह आंतरिक शक्ति आपकी समस्याओं को सुलझा सकती है, आपको समृद्ध बना सकती है, आपकी छिपी हुई प्रतिभाएँ उजागर कर सकती है और आपको सभी तरह की बीमारियों, असफलता, अभावों तथा सीमाओं से ऊपर उठा सकती है। यह शक्ति आपका मार्गदर्शन कर सकती है और अभिव्यक्ति के नए द्वार खोल सकती है। इसके ज़रिये आप प्रेरणा, मार्गदर्शन और नए सृजनात्मक विचार प्राप्त कर सकते हैं तथा मधुर संबंध, ख़ुशी व मानसिक शांति भी पा सकते हैं।

एक कॉलेज विद्यार्थी ने परीक्षा में पास होने के लिए शक्ति से कैसे संपर्क किया

कुछ महीने पहले मैंने एक कॉलेज के विद्यार्थी से बातचीत की, जिसे ख़राब ग्रेड मिल रहे थे। वह काफ़ी निराश था, क्योंकि वह फ़ेल हो गया था। वह सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग पढ़ रहा था और एक सवाल पूछने पर उसे जवाब मिला, 'जाकर महान व्यक्ति से मिलो।' उसने इसका मतलब यह निकाला कि उसे किसी परामर्शदाता या आध्यात्मिक सलाहकार से मिलना चाहिए, हालाँकि इसके ज़्यादा गहरे अर्थ भी थे।

मैंने पूछा, 'तुम ख़राब ग्रेड क्यों चाहते हो? तुम्हारे अवचेतन मन के भीतर ईश्वरीय

प्रज्ञा है और तुम इसका इस्तेमाल कर सकते हो।'

उसने कहा, 'देखिए, मेरे माता-पिता मेरी आलोचना करते हुए कहते हैं कि मेरी बहन मुझसे ज़्यादा अच्छा पढ़ती है और सारी परीक्षाएँ आसानी से पास कर लेती है।'

मैंने इस युवक को समझाया कि उसे अपनी बहन के साथ अपनी तुलना करना तुरंत छोड़ देना चाहिए, क्योंकि सारी तुलनाएँ निंदनीय होती हैं। मैंने उसे बताया कि हर व्यक्ति अनूठा है और अलग-अलग गुणों के साथ पैदा होता है।

'दूसरों के साथ अपनी तुलना करते वक्त तुम सामने वाले को एक ऊँचे सिंहासन पर बैठा देते हो और ख़ुद को नीचा दिखाते हो। यही नहीं, तुम अपनी बहन की गतिविधियों और सफलताओं पर ज़रूरत से ज़्यादा ध्यान दे रहे हो तथा अपनी पढ़ाई को नज़रअंदाज़ कर रहे हो, साथ ही तुम अपनी आंतरिक क्षमताओं और योग्यताओं को भुला रहे हो। इस रास्ते पर चलोगे, तो तुम्हारी पहलशक्ति और प्रोत्साहन ख़त्म हो जाएगा तथा अंदरूनी तनाव व चिंता बढ़ने लगेगी।'

'तुम्हारे मन में सिर्फ़ एक ही प्रतिस्पर्धा है और यह असफलता के विचार तथा सफलता के विचार के बीच होती है। तुम जीतने, विजयी होने, सफल होने और सभी समस्याओं से उबरने के लिए पैदा हुए हो। ईश्वरीय शक्ति कभी असफल नहीं हो सकती और तुम इसके साथ अभिन्न रूप से जुड़े हो।'

मेरे सुझाव पर उसने एक सरल और बहुत व्यावहारिक तकनीक पर अमल किया और हर रात सोने से पहले मानसिक रूप से यह कथन दोहराने लगा :

'मैं अपनी बहन और मेरी कक्षा के बाक़ी सभी विद्यार्थियों की शैक्षणिक सफलता और उपलब्धि की सच्ची कामना करता हूँ। ईश्वरीय प्रज्ञा अध्ययन में मुझे मार्गदर्शन देती है और मेरे सामने हर वह चीज़ उजागर करती है, जो मुझे पता होनी चाहिए। मैं जानता हूँ कि मेरे अवचेतन मन की स्मृति आदर्श है और यह मेरी परीक्षाओं के सारे जवाब मेरे सामने उजागर करती है। मैं दैवी योजना में अपनी सारी परीक्षाएँ उत्तीर्ण करता हूँ। मैं हर रात शांति से सोता हूँ और हर सुबह ख़ुशी में जागता हूँ।'

जब वह उपर्युक्त तरीक़े से सोचता और काम करता रहा, तो कुछ सप्ताह पहले उसने मुझसे कहा, 'अब मैं किसी से प्रतिस्पर्धा नहीं कर रहा हूँ। मेरी स्थिति बेहतर हो गई है। अब मैं जान गया हूँ कि मुझमें वह माद्दा है, जिसकी ज़रूरत है।'

जैसा रैल्फ़ वॉल्डो एमर्सन ने एक बार कहा था, 'हममें से प्रत्येक के लिए मार्गदर्शन है और धीमी आवाज़ सुनने पर हम सब कुछ जान जाएँगे।'

उसने टेलीसाइकिक्स का अभ्यास कैसे किया

टेली का अर्थ है संप्रेषण और साइक का मतलब है आपके भीतर की आत्मा। जब आप प्रार्थना करते हैं, तो इसका मतलब है कि आप अपनी साइक यानी उच्चतर स्व से संपर्क कर रहे हैं। यह आपके विश्वास और मान्यता के अनुरूप प्रतिक्रिया करता है।

एक युवा नर्स ने कुछ समय पहले एक विमान यात्रा की योजना बनाई थी, लेकिन एक रात पहले उसे एक स्पष्ट संदेश मिला। सपने में उसने अपने विमान का अपहरण होते देखा और एक अंदरूनी आवाज़ ने उससे कहा, 'अपनी यात्रा रद्द कर दो।' वह चौंककर जागी और अपने अंदरूनी मार्गदर्शन पर चलते हुए उसने अपना टिकिट रद्द कर दिया। बाद में उसे पता चला कि जिस विमान में वह यात्रा करने वाली थी, उसका सचमुच अपहरण हो गया।

उसके अवचेतन के मार्गदर्शक सिद्धांत ने उसकी रक्षा करने के लिए उसे घटना पहले ही दिखा दी। देखिए, विमान के अपहरण की योजना पहले से ही शाश्वत अवचेतन मन में थी... जब उसने मार्गदर्शन के लिए प्रार्थना की, तो उसे सपने में जवाब मिला, जो उसके ज़्यादा गहरे मन की तरफ़ से आया था।

हर रात सोने से पहले वह यह प्रार्थना करती थी: 'मैं जहाँ भी जाती हूँ, दैवी प्रेम मेरे आगे-आगे जाता है और मेरे रास्ते को ख़ुशनुमा, प्रसन्नता भरा तथा आनंददायक बनाता है। ईश्वर के शाश्वत प्रेम का पवित्र दायरा मेरे चारों ओर है और ईश्वर हमेशा मेरी हिफ़ाज़त करता है। मैं एक जादुई जीवन जीती हूँ।'

ऊपर बताई गई प्रार्थना सच्ची टेलीसाइकिक्स या आपके अवचेतन मन की ईश्वरीय प्रज्ञा के साथ वास्तविक संवाद है, जो सब कुछ जानती है और सब कुछ देखती है। यह आपके विचार की प्रकृति पर प्रतिक्रिया करती है। क्रिया और प्रतिक्रिया ब्रह्मांडीय तथा शाश्वत हैं। प्रार्थना में आपका अपने ही उच्चतर स्व के साथ संवाद होता है, जिसे कुछ लोग ईश्वर कहते हैं। बाक़ी उसे सच्चे स्व, जीवंत सर्वशक्तिमान आत्मा, आंतरिक पिता, असीम प्रज्ञा, ओवर सोल, ब्रह्मा, अल्लाह आदि नामों से पुकारते हैं। आपके भीतर की शक्ति के कई नाम हैं, लेकिन नाम चाहे जो हो, यह शक्ति कालातीत, स्थानमुक्त, अजर और अनाम है।

आपको बस इतना याद रखने की ज़रूरत है कि ईश्वरीय शक्ति आपके विचार पर प्रतिक्रिया करती है; आप एक पारस्परिक क्रिया-और-प्रतिक्रिया देखते हैं: आप जो बोते हैं, वही काटते हैं; जैसा आप पुकारते हैं, वैसा ही आपको जवाब मिलता है।

उसने अपने मानसिक चित्र की शक्ति को खोजा

थोरो ने बरसों पहले कहा था कि हम वही बन जाते हैं, जो बनने का चित्र हम देखते हैं। आप अपने मन में जो मानसिक चित्र थामे रखते हैं, वही अमूमन आपके अनुभव में प्रकट होता है।

एक सेल्स मैनेजर रविवार की सुबह विलशायर एबेल थिएटर में अक्सर मेरे प्रवचन

सुनने आता है। उसने मुझे बताया कि वह अपनी कल्पना की शक्ति का उपयोग कैसे करता है और असाधारण परिणाम कैसे पाता है। उसका तरीक़ा यह है :

> वह पहले अपने मन को शांत और तनावरहित करता है; फिर वह अपने ऑफ़िस की सफ़ेद दीवार पर देखता है। जब वह ख़ाली सफ़ेद दीवार पर अपना ध्यान केंद्रित करता है, तो वह उन सेल्स आँकड़ों का चित्र उस दीवार पर देखता है, जो वह साल के अंत में हासिल करना चाहता है। वह उस राशि को ग़ौर से देखता है, अपना पूरा ध्यान आर्थिक आँकड़ों पर केंद्रित करता है; फिर वह दावा करता है कि ये आँकड़े उसके अवचेतन मन में धँस रहे हैं। अंत में, वह सुनता है कि कंपनी के प्रेसिडेंट कंपनी के अद्‌भुत परिणामों तथा उसकी शानदार उपलब्धियों के लिए उसे बधाई दे रहे हैं। उसने कहा कि उसे पता चल जाता था कि कब वे आँकड़े उसके अवचेतन तक पहुँच गए, क्योंकि इसके बाद उसे हमेशा भारी शांति का अहसास होता था।

यह सच्ची टेलीसाइकिक्स है: उसकी मानसिक तस्वीर उसकी साइक (अवचेतन मन) तक संप्रेषित की गई, जो उसके मन के अंधकक्ष में विकसित हुई और सफल प्रार्थना की ख़ुशी के रूप में बाहर निकली।

इस सेल्स मैनेजर ने कहा कि पिछले चार सालों से हर साल उसके वित्तीय बिक्री आँकड़े हमेशा उसके मानसिक चित्र से ज़्यादा रहे हैं। यह सच है, क्योंकि आप अपने अवचेतन मन पर जो भी छाप छोड़ते हैं, यह हमेशा उसका विस्तार करता है।

अपने अवचेतन को सही मानसिक चित्र दें

आप अपने मन में जो भी चित्र बनाते हैं, ख़ास तौर पर जब आप इसे भावनामय बना देते हैं, वह साकार हो सकता है। यह प्रक्रिया या तो अंदर या फिर बाहर सक्रिय संपन्न होती है। अगर आप इसे बाहरी कर्म में संपन्न होने से रोकते हैं, तो यह अपरिहार्य है कि यह किसी मानसिक, भावनात्मक या शारीरिक समस्या के रूप में आपके शरीर में आंतरिक रूप से प्रकट होगी। सावधान रहें कि आप ऐसे मानसिक चित्र न देखें, जिन्हें आप बाहरी संसार में प्रकट होते न देखना चाहते हों।

मैं एक शराबी से मिला था, जो हत्या के जुर्म में कई साल तक जेल में रहा। उसने मुझे बताया कि उसने ठान लिया था कि जेल से छूटने के बाद वह कभी शराब नहीं पिएगा। बहरहाल, रिहा होने वाले दिन ही वह तुरंत बहुत शराब पीने लगा। क्यों? इसका सरल कारण यह है कि जब वह जेल में था, तो उसके मन में शराब के गिलास का चित्र हमेशा मौजूद था, इसीलिए जेल से छूटते ही उसने शराब का गिलास थाम लिया। वह सारे समय जिसका चित्र देख रहा था, उसने उसे बाहर के संसार में साकार कर दिया। अगर उसने अपने मानसिक

चित्र को बाहरी तौर पर साकार न किया होता, तो वह चित्र किसी दूसरी तरह से उसे नुक़सान पहुँचाता, शायद किसी शारीरिक या भावनात्मक समस्या के रूप में।

इसी तरह आप अपने मन में जो भी चित्र बनाते हैं, उसे सचमुच साकार होना होता है, वरना वह आपमें कोई मानसिक, शारीरिक या भावनात्मक असामंजस्य उत्पन्न कर सकता है।

किस तरह एक लेखक ने अपने भीतर जादुई शक्ति खोजी

मेरे एक लेखक मित्र ने मुझे बताया कि उसकी पटकथा पर आधारित एक नाटक के प्रोड्यूसर के साथ उसका मतभेद हो गया। उनके बीच बहस में काफ़ी गरमागरमी हो गई। फिर उसने मिरैकल ऑफ़ माइंड डाइनैमिक्स पढ़ी और उसमें बताई प्रार्थना की कई तकनीकों पर अमल किया। घर लौटने पर वह अपने दड़बे में गया और तनावरहित होकर अपने भीतर की ईश्वरीय शक्ति के बारे में सोचने लगा। फिर उसने प्रोड्यूसर के साथ एक काल्पनिक चर्चा की, मानो वह उसी समय भविष्य का अनुभव कर रहा हो। उसने अपने ठीक सामने प्रोड्यूसर के रहने की कल्पना की, और उनके बीच मधुर संबंध, शांति और आदर्श समझ का दावा किया। अपनी प्रखर कल्पना में उसने प्रोड्यूसर के साथ बातचीत की और उसने कहा कि वह बस दिव्य सही कार्य चाहता है। उसने कल्पना की कि प्रोड्यूसर प्रतिक्रिया कर रहा था, 'हमारे बीच आदर्श सहमति है। दिव्य सही कार्य की विजय होती है।'

इस शांत, निष्क्रिय अवस्था में उसने एक सुखद अंत की कल्पना की। उसने प्रोड्यूसर से काल्पनिक रूप से हाथ मिलाने को महसूस किया और आदर्श सद्भावनापूर्ण समाधान को भी। कई दिन बाद लेखक प्रोड्यूसर से एक क्लब में मिला, जिसके वे दोनों सदस्य थे। इससे पहले कि वह प्रोड्यूसर का अभिवादन करे, प्रोड्यूसर ने उसे आवाज़ दी और कहा, 'मैंने आपकी पटकथा दोबारा पढ़ी और मैं स्वीकार करता हूँ कि आप सही थे। जो एक के लिए सही कार्य है, वह सभी के लिए सही कार्य है।'

लेखक ने व्यक्तिपरक रूप से जिसके सच होने का दावा किया था, वह वस्तुपरक रूप से सच हो गया। इसे आज़माकर देखें। यह कारगर है! अमेरिका में एक भी ऐसा इंसान नहीं है, जो अपने मतभेदों को सुलझाने के लिए, अपने मन को पैना करने के लिए, दरअसल अद्‌भुत जीवन जीने के लिए डर, क्रोध और शत्रुता से नहीं उबर सकता। हम ऊपर बताए लेखक की तरह अपने नज़रिये को बदलकर ऐसा कर सकते हैं। महान अमेरिकी मनोवैज्ञानिक विलियम जेम्स ने कहा था, 'इंसान अपने मानसिक नज़रिये बदलकर अपना जीवन बदल सकते हैं।' ईश्वरीय शक्ति के साथ संपर्क या प्रेरणा आपके पास उतनी ही आसानी से आ सकती है, जितनी आसानी से वह हवा आती है, जिसमें आप साँस लेते हैं।

आप बिना सोचे-समझे और बिना कोशिश के साँस लेते हैं। इसी तरह हम दैवी प्रज्ञा या ईश्वर के सृजनात्मक सार को अपने दिमाग़ या मन में बिना तनाव के आने देते हैं।

प्रेरणा के बारे में कई लोगों के मन में ग़लत विचार होते हैं। वे यह मानते हैं कि यह कोई असाधारण अनुभव है या यह केवल रहस्यवादियों या दूसरे उच्च आध्यात्मिक लोगों के पास ही आती है। ऐसा नहीं है। हालाँकि यह सच है कि आध्यात्मिक जीवन जीने वाले लोगों को बार-बार प्रेरणा या त्वरित भावनाएँ या विचार मिलें, लेकिन यह भी उतना ही सच है कि कोई व्यवसायी भी अपने भीतर की ईश्वरीय शक्ति से संपर्क करके प्रेरित बन सकता है। प्रेरणा या दैवी मार्गदर्शन किसी भी समस्या पर लिया जा सकता है। दूसरे शब्दों में, आप जो जानकारी या ज्ञान चाहते हैं या जो कारोबारी मुश्किलें सुलझाना चाहते हैं, उसे ईश्वर या असीम शक्ति से जवाब माँगकर हासिल कर सकते हैं।

हो सकता है कि आप उपन्यासकार हों और आपके नाम पर कई पुस्तकें हों, लेकिन जब आप पैड और पेंसिल उठाते हैं या टाइपराइटर के पास बैठते हैं, तो आप लिखना शुरू ही नहीं कर पाते। कुछ भी नहीं होता है। कोई भी विचार, कथासूत्र या कहानी दिमाग़ में नहीं आती है। आप छह कप कॉफ़ी पी जाते हैं, लेकिन इससे भी कोई मदद नहीं मिलती। बहरहाल, अपने मन को शांत कर लें और यह दावा करें कि आपको ऊपर से प्रेरणा मिल रही है और ईश्वर के सृजनात्मक विचार आपके भीतर दैवी योजना को प्रकट कर रहे हैं। इसके बाद आपको ज्ञान, मार्गदर्शन और सृजनात्मक ऊर्जा मिल जाएगी। विचार आपकी ओर खुलकर, प्रसन्नतापूर्वक और प्रेमपूर्ण तरीक़े से प्रवाहित होंगे।

एक इंजीनियर को विशिष्ट आँकड़े मिलते हैं

एक इंजीनियर ने मुझे एक बार बताया कि उसे एक इंजीनियरिंग परीक्षा में विशिष्ट आँकड़े बताने थे। उसके प्रोफ़ेसर ने उसे जानकारी दी थी, लेकिन वह भूल गया था। उसने अपने अवचेतन मन से जवाब देने को कहा और फिर परीक्षा के दूसरे प्रश्नों पर काम करने लगा। कुछ ही समय बाद जवाब उसके ज़्यादा गहरे मन से निकलकर अपने आप ऊपर आ गया। यह सारे समय उसके अवचेतन मन में ही था। जब वह तनावरहित हो गया और उसने कोशिश छोड़ दी, तो उसके अवचेतन की बुद्धिमत्ता स्वतंत्र होकर उसके चेतन मन में आ गई और वह आसानी से परीक्षा में उत्तीर्ण हो गया। याद रखें: शांत मस्तिष्क को जवाब मिलता है।

कैश रजिस्टर वाला आदमी

कुछ साल पहले मैंने उस व्यक्ति के बारे में एक पत्रिका में लेख पढ़ा, जिसके मन में कैश रजिस्टर का विचार आया था। लेख में बताया गया था कि हालाँकि उस आदमी के पास ज़्यादा 'शिक्षा' नहीं थी, लेकिन वह बहुत बुद्धिमान और सीखने में तेज़ था।

एक बार जब वह समुद्र की यात्रा कर रहा था, तो उसने जहाज़ के अफ़सर से कहा कि वह उसे जहाज़ की गति दर्ज करने वाले लॉग की कार्यविधि समझाए। जब अफ़सर ने उसे कार्यविधि समझाई, तो अचानक ही उस आदमी के दिमाग़ में कैश रजिस्टर का विचार आ गया!

यह आदमी एक ख़ास समस्या के बारे में जागरूक था: लोगों पर अक्सर चोरी का ग़लत इल्ज़ाम लगाया जाता है, जबकि दूसरे लोग चोरी करते हैं और कभी पकड़े नहीं जाते; इसके अलावा, जब नकदी का हस्तांतरण होता है, तो रेज़गारी देते वक्त असंख्य ग़लतियाँ हो सकती हैं। उसने जहाज़ के लॉग की कार्यविधि का संबंध तुरंत इस समस्या के समाधान से जोड़ दिया और इस प्रेरणा के ज़रिये उसने कैश रजिस्टर ईजाद कर दिया।

यह प्रेरणा या टेलीसाइकिक्स थी। अपने अवचेतन से सृजनात्मक विचार देने को कहें और भारी दौलत वाला ऐसा ही कोई विचार आपके भीतर भी आ सकता है।

हर दिन टेलीसाइकिक्स का अभ्यास कैसे करें

आप अपने ज़्यादा ऊँचे स्व से संपर्क कर सकते हैं और जवाब पा सकते हैं, बशर्ते आप दावा करें और यह जान लें कि जब आप पुकारेंगे, तो प्रतिक्रिया आपकी पुकार की प्रकृति के अनुरूप ही होगी। याद रखें कि पावर हाउस का तार आपके कमरे या तलघर में लगा हुआ है। मुख्य तार एडिसन का है, घर के तार आपके हैं और आपके बीच का अनुबंध या संपर्क आपको रोशनी जलाने में सक्षम बनाता है। इसी तरह, आपका चेतन मन इसी पल आपके भीतर की बुद्धिमत्ता और ईश्वरीय भंडार से संपर्क कर सकता है। आप प्रार्थना नहीं करेंगे, जब तक कि आपको यह यक़ीन न हो कि आपके अवचेतन में एक बुद्धिमत्ता और प्रज्ञा है, जो सब कुछ जानती है और सब कुछ देखती है और आपकी पुकार पर प्रतिक्रिया करती है।

बाइबल कहती है: वे पुकारें, इससे पहले मैं जवाब दूँगा; और जब वे बोल रहे होंगे, तभी मैं सुन लूँगा।

- इसाइया 65:24

स्मरणीय बिंदु...

1. टेलीसाइकिक्स का मतलब है आपकी साइकी या आत्मा यानी आपके अवचेतन मन से संवाद, जो सारी बुद्धिमत्ता और सारी शक्ति का स्त्रोत है। जब आप यक़ीन के साथ प्रार्थना करते हैं, तो आपका अवचेतन मन जवाब देकर प्रतिक्रिया करता है।

2. जादू एक सापेक्ष शब्दावली है। ज़्यादातर लोग जादू का मतलब अज्ञात शक्तियों द्वारा परिणाम उत्पन्न करना मानते हैं। मूलतः सारी शक्तियाँ अज्ञात हैं। वैज्ञानिक यह नहीं जानते कि बिजली क्या है। जब एक महिला ने एडिसन से पूछा कि विद्युत क्या है, तो उन्होंने जवाब दिया, 'मैडम, यह है। इसका इस्तेमाल करें।' आपके अवचेतन मन में एक अदृश्य बुद्धिमत्ता, शक्ति और प्रज्ञा है, जो सब कुछ जानती है और सब कुछ देखती है। आप अपने चेतन मन से इस शक्ति से संपर्क कर सकते हैं। यह आदिकालीन शक्ति कालातीत, चिर, अनाम और शाश्वत है।

3. आप अपनी समस्याओं को सुलझाने के लिए, हर तरह से समृद्ध होने के लिए, अपने छिपे हुए गुण उजागर करने के लिए और ख़ुशी, मानसिक शांति तथा स्वतंत्रता के राजमार्ग पर पहुँचने के लिए अपनी आंतरिक शक्तियों का इस्तेमाल कर सकते हैं।

4. अपनी तुलना दूसरों से करना छोड़ दें। इस तरह के नज़रिये में आप ख़ुद को नीचा दिखाते हैं और दूसरों को सिंहासन पर बैठाते हैं। आप अनूठे हैं - संसार के हर व्यक्ति से अलग हैं। अपनी आंतरिक शक्तियों पर ध्यान दें और आप अपने चुने हुए क्षेत्र में उत्कृष्ट बन जाएँगे। यदि आप किसी परीक्षा में उत्तीर्ण होना चाहते हैं, तो अपनी तुलना दूसरे विद्यार्थियों से न करें। इस तरह के नज़रिये से तनाव और चिंता उत्पन्न होती है। तनावरहित हो जाएँ, अपने मन को शांत कर लें और हर सुबह तथा रात को भावना से और जानते-बूझते हुए दोहराएँ, 'मेरे अवचेतन मन की ईश्वरीय प्रज्ञा पढ़ाई में मेरा मार्गदर्शन करती है और मैं दिव्य योजना के तहत सारी परीक्षाओं में उत्तीर्ण हो जाऊँगा।'

5. जब आप प्रार्थना करते हैं, तो आप दरअसल अपने ज़्यादा ऊँचे स्व से संपर्क कर रहे हैं, जिसे कुछ लोग ईश्वर या परम बुद्धि कहते हैं। आपको अपने विश्वास के अनुरूप जवाब मिलता है। कई बार आपको किसी सपने में जवाब मिल सकता है, जो आपको कोई तय यात्रा न करने की चेतावनी देता है। एक युवा महिला मार्गदर्शन, दैवी प्रेम और सही कार्य के लिए नियमित प्रार्थना करती थी। इस महिला को यात्रा से 24 घंटे पहले ही उस विमान के अपहरण का सपना आ गया, जिसमें वह यात्रा करने वाली थी। फलस्वरूप उसने अपनी यात्रा रद्द कर दी। इसका कारण सरल है। अपहरण की योजना सामूहिक अवचेतन को पहले से ही पता थी। उसके ख़ुद के अवचेतन ने, जो सामूहिक मन के साथ एक है, उसे योजना बता दी।

6. आपके मन में जो चित्र है, उसमें आपके जीवन में प्रकट होने की प्रवृत्ति होती है। एक

सेल्स मैनेजर अपना ध्यान साल के अंत के निश्चित वित्तीय आँकड़ों पर केंद्रित करता है और बार-बार दोहराकर तथा एकाग्र रहकर इस मानसिक चित्र को अपने अवचेतन मन में पहुँचा देता है। पिछले चार सालों में उसके अवचेतन ने उसके मनचाहे परिणाम को बढ़ाकर कई गुना कर दिया है। आप जिस पर भी ध्यान केंद्रित करते हैं, अवचेतन उसे बढ़ा देता है।

7. एक भूतपूर्व-शराबी अगर शराब पीने के चित्र देखता रहे, तो वह शराब पीने के लिए मजबूर हो जाएगा। आप जिस भी मानसिक चित्र को भावना से सराबोर कर लेते हैं, वह आपके अनुभव में घटित हो जाएगा। जो भी प्यारा है और अच्छा है, उसी की कल्पना करें।

8. यदि आपका किसी दूसरे व्यक्ति के साथ मतभेद हो गया है, तो स्वर्णिम नियम और प्रेम के नियम के आधार पर उसके साथ एक काल्पनिक बातचीत करके यह अहसास करें कि आपके बीच मधुर संबंध, शांति और दैवी समझ है। अपने दिमाग़ में कल्पना करें और यह चित्र देखें कि मधुर संबंध और शांति में हाथ मिलाकर सुखद अंत हो रहा है। आप व्यक्तिपरक रूप से जिसके सच होने की कल्पना करते हैं और जिसे सच महसूस करते हैं, वह वस्तुपरक रूप से घटित हो जाएगा।

2

टेलीसाइकिक्स किस तरह युगों पुराने महान रहस्य को उजागर करती है

आज कई लोग अनिष्टकारी विचारों, काले जादू, बुरी नज़र, वूडू आदि से डरे हुए हैं। लोगों के मन में एक आम डर यह रहता है कि कोई ऐसी अज्ञात छुपी हुई शक्ति है, जिसका इस्तेमाल करके दूसरे उन्हें नुक़सान पहुँचा सकते हैं या उनकी ख़ुशी में विघ्न डाल सकते हैं।

काले और सफ़ेद जादू का अंधविश्वासी उद्गम

जब हम बहुत छोटे थे और आसानी से प्रभावित हो जाते थे, तब हमारे माता-पिता ने अज्ञानवश हमें बताया कि दंड देने वाला एक ईश्वर होता है और प्रलोभन देने वाला एक शैतान भी होता है; उन्होंने हमें यह चेतावनी भी दी कि बहुत बुरे बनने पर हम नरक में जा सकते हैं और हमेशा के लिए कष्ट उठा सकते हैं। बच्चे और बालसुलभ मस्तिष्क केवल चित्रों या मानसिक छवियों में सोचते हैं और अज्ञानवश वे ईश्वर व शैतान के चित्र गढ़ लेते हैं। बच्चे यह चित्र देखते हैं कि ईश्वर आसमान में कहीं पर सोने के किसी सिंहासन पर बैठा हुआ है, जिसके आस-पास देवदूत हैं और नीचे कहीं पर शैतान नरक की लपटों में जल रहा है। उन्हें यह अहसास ही नहीं होता कि दरअसल हम सभी जिस तरह से सोचते हैं, महसूस करते हैं और विश्वास करते हैं, उसी से हम अपने ख़ुद के स्वर्ग और नरक को बनाते हैं।

प्राचीन मानव ख़ुशी का श्रेय देवताओं को देता था। इसी तरह, वह अपने सारे दर्द, कष्ट और दुख का श्रेय बुरी आत्माओं या शैतानों को देता था, जो उसके ख़ुद के बनाए हुए थे। प्रागैतिहासिक मानव को यह अहसास था कि वह अजनबी शक्तियों के अधीन है, जिन पर उसका कोई नियंत्रण नहीं था। भूकंप और बाढ़ आती थी, जिसका कारण उसे पता नहीं था। जंगल के पुजारी कहते थे कि देवता नाराज़ हो गए हैं। फिर वे उन तथाकथित देवताओं के क्रोध को शांत करने के लिए बलि देते थे। सूर्य इंसान को गर्मी देता था, लेकिन लंबे अकाल में वही सूर्य पृथ्वी को भट्टी की तरह तपा देता था। अग्नि इंसान को गर्मी देती थी, लेकिन यह उसे जला भी देती थी। बादलों के गरजने से वह दहशत में आ जाता था। बिजली

उसे डर के मारे पंगु बना देती थी। बाढ़ कई बार उसकी ज़मीन पर आ जाती थी, जिससे उसके मवेशी और बच्चे डूब जाते थे। बाहरी शक्तियों की उसकी समझ कई प्रकार के देवताओं के बारे में उसके आदिकालीन और बुनियादी विश्वासों पर आधारित थी।

इस अनगढ़ और अज्ञानी तर्क से आदिकालीन मानव हवाओं, ग्रहों व नदी के देवी-देवताओं से अनुनय-विनय करने लगा तथा उम्मीद करने लगा कि वे उसकी गुहार सुन लेंगे और उसकी प्रार्थना को सफल बनाएँगे। वह हवा और पानी के देवताओं को बलि और चढ़ावा चढ़ाने लगा।

आदि मानव ने देवताओं व भूत-प्रेतों को अच्छी और बुरी शक्तियों में विभाजित किया। इसीलिए आप करोड़ों लोगों के धार्मिक विश्वासों में इन दो शक्तियों को सर्वव्यापक पाएँगे। दो शक्तियों में विश्वास इन युगों-युगों पुरानी अंधविश्वासी मान्यताओं का अवशेष है।

आपके जीवन में अच्छाई और बुराई आपके विचारों से तय होती है

प्रकृति की शक्तियाँ बुरी नहीं हैं। यह आप पर निर्भर करता है कि आप उनका कैसा इस्तेमाल करते हैं। आप किसी भी शक्ति का इस्तेमाल दोनों तरीक़ों से कर सकते हैं। वही हवा नाव को चट्टानों से टकरा देगी या उसे सुरक्षित बंदरगाह तक पहुँचा देगी। आप बिजली का इस्तेमाल अंडे को तलने या किसी की जान लेने के लिए कर सकते हैं। आप परमाणु ऊर्जा का सृजनात्मक इस्तेमाल करके किसी जहाज़ को समुद्र के पार चला सकते हैं या इससे शहर, कस्बे और लोगों को तबाह कर सकते हैं। आप पानी का इस्तेमाल किसी बच्चे को डुबाने या उसकी प्यास बुझाने के लिए कर सकते हैं - अग्नि का इस्तेमाल उसे गर्मी देने या उसे जलाने के लिए कर सकते हैं। हम ही हैं, जो प्रकृति की शक्तियों को उद्देश्य देते हैं।

अच्छाई और बुराई इंसान के मन में होती हैं; वे दूसरी किसी जगह नहीं होतीं। अच्छा सोचो तो अच्छा होता है; बुरा सोचो तो बुरा होता है।

अपनी निगाह सबसे महान विचार पर रखो और जीवन में आगे बढ़ते जाओ

एडिनबरा लेक्चर्स और कई अन्य पुस्तकों के लेखक जज टॉमस ट्रॉवर्ड ने 1902 में कहा था :

> एक बार जब आप यह स्वीकार कर लेते हैं कि आपके बाहर कोई शक्ति है, चाहे आप इसे कितनी ही लाभकारी क्यों न मानते हों, तो आपने वह बीज बो दिया है, जो देर-

सबेर 'डर' के फल को उत्पन्न करेगा, जो जीवन, प्रेम और स्वतंत्रता की पूरी बर्बादी है। हमें अपने अंदर-बाहर दोनों तरफ़ एक महान बुनियाद का दावा करना चाहिए। हमें अभी से लेकर अमरता तक, कभी भी, पल भर के लिए भी किसी ऐसे विचार को दाख़िल होने की अनुमति नहीं देनी चाहिए, जो अस्तित्व के बुनियादी सत्य के विरोध में हो।

ट्रॉवर्ड ने एक बेहतरीन सच्चाई व्यक्त की है, जिसे हर व्यक्ति को याद रखना चाहिए। दूसरों के सुझावों में उनकी सुझाई चीज़ें उत्पन्न करने की कोई शक्ति नहीं होती। शक्ति आपके ख़ुद के विचार में होती है। जब आपके विचार ईश्वर के विचार होते हैं, तो आपकी अच्छाई के विचारों के साथ ईश्वर की शक्ति होती है। आपके ख़ुद के ही विचार की गतिविधि है, जो हमेशा सृजनात्मक शक्ति है। आपमें किसी नकारात्मक सुझाव को पूरी तरह अस्वीकार करने और अपने भीतर के सर्वशक्तिमान के साथ मानसिक रूप से एक होने की शक्ति होती है।

तथाकथित वूडू श्राप मात्र नकारात्मक सुझाव क्यों है

कुछ साल पहले मैं केपटाउन, दक्षिण अफ़्रीका गया था। वहाँ मुझे स्वर्गीय डॉ. हेस्टर ब्रांट के लिए भाषण देने थे, जिनका वहाँ पर एक बड़ा केंद्र था, जो मस्तिष्क का विज्ञान सिखा रहा था। वहाँ उन्होंने मुझे जोहानेसबर्ग में एक सोने की खदान में घुमाने की व्यवस्था की।

मैंने जिस खदान की यात्रा की, उससे जुड़े एक अँग्रेज़ डॉक्टर ने मुझे बताया कि जब खदान में काम कर रहा कोई मज़दूर कंपनी के नियमों का उल्लंघन करता है, तो उसे वूडू डॉक्टर से ऐसा संदेश मिलता है, 'तुम शाम को 6 बजे मर जाओगे,' और वह बैठता है तथा मर जाता है। पोस्टमार्टम के परीक्षणों में मौत का कोई कारण नज़र नहीं आता है और डॉक्टर ने आगे कहा कि डर, जो इन लोगों ने ख़ुद उत्पन्न किया था, ही मृत्यु का वास्तविक कारण होता है।

वह दहशत में थी, क्योंकि वे उसके ख़िलाफ़ प्रार्थना कर रहे थे

कुछ सप्ताह पहले मैंने एक युवा महिला से बात की, जो भारी दुख में थी। उसने कहा कि उसके पुराने चर्च के कुछ लोग उसके ख़िलाफ़ प्रार्थना कर रहे थे, क्योंकि उसने उनके समूह को छोड़ दिया था। उसे यक़ीन था कि वह शापित थी और इसी वजह से हर चीज़ ग़लत हो रही थी।

मैंने उसे समझाया कि उसने जिस शाप का ज़िक्र किया है, वह दरअसल उसके ही भीतर के अवचेतन मन के नियम का नकारात्मक इस्तेमाल था और वह डर के कारण उन

शापों को ख़ुद पर थोप रही थी। दूसरों के सुझाव उसके ख़ुद के विचार बन गए थे और चूँकि विचार सृजनात्मक होते हैं, इसलिए वह ख़ुद को चोट पहुँचा रही थी। वह अपने भीतर की शक्ति की बागडोर पुराने चर्च के सदस्यों के हाथ में दे रही थी और उसे यह अहसास ही नहीं था कि उनमें कोई शक्ति नहीं थी।

मैंने उसे समझाया कि शक्ति उसी के भीतर थी और उसे दूसरों को शक्ति देना तुरंत बंद कर देना चाहिए। ईश्वर एक और अविभाजित है: यह एकत्व के रूप में चलता है। इसमें कोई विभक्ति या विवाद नहीं हैं। जैसे ही वह ख़ुद को असीमित ईश्वर के सामंजस्य में लाएगी और इसके प्रति समर्पित, निष्ठावान व वफ़ादार होगी, तो उसके साथ कोई बुरी चीज़ नहीं होगी।

> वह यह दोहराने लगी, 'मैं सर्वोच्च शक्ति के गोपनीय स्थान में रहती हूँ। मैं सर्वशक्तिमान की छाया तले रहती हूँ। मैं ईश्वर के बारे में यही कहूँगी कि वह मेरा आश्रय और मेरा किला है: मेरे ईश्वर; मैं तुममें विश्वास करूँगी।'

मैंने जोड़ा, 'इन लोगों को निरा अज्ञानी मानो और उनके प्रति करुणा भाव रखो। सच्ची और चरम शक्ति महान सकारात्मक शक्ति है, जो सृजनात्मक है। वे सुझाव का इस्तेमाल कर रहे हैं, जो शक्ति तो है, लेकिन सबसे बड़ी शक्ति (ईश्वर) नहीं है, जो मधुर संबंध सौंदर्य, प्रेम और शांति के रूप में चलता है। याद रखो, किसी सुझाव में तब तक कोई शक्ति नहीं होती, जब तक कि आप इसे शक्ति नहीं देते। अपने भीतर के ईश्वरीय प्रेम, जीवन और शक्ति से चेतन रूप से जुड़ें तथा निरंतर अहसास करें, 'ईश्वर का प्रेम मेरे चारों ओर है, मुझे घेरे और लपेटे हुए है। मैं एक जादुई जीवन जीती हूँ। ईश्वर का सम्मोहन मेरे पूरे अस्तित्व को लपेटे है। जब भी मैं चर्च के लोगों के बारे में सोचूँगी, तो मैं तुरंत दोहराऊँगी कि मैं तुम्हें ईश्वर के हवाले करती हूँ और तुम्हें जाने देती हूँ।'

ऊपर बताए इन सरल सत्यों पर अमल करके उसने मानसिक शांति हासिल की। दरअसल वह तो इस बात पर हँसने भी लगी कि वह अपने विरोधियों को शक्ति प्रदान कर रही थी। एकाध सप्ताह बाद उसने सुना कि उसके अनिष्ट की कामना करने वाली महिलाओं में से पाँच महिलाएँ बहुत बीमार पड़ गईं और उनमें से एक तो मर भी गई। इस युवा महिला ने जब उसका बुरा सोचने वालों के नकारात्मक विचार और कंपन स्वीकार नहीं किए, तो उनके बुरे विचार दोगुनी शक्ति से उन्हीं की ओर लौट गए। इसे 'बूमरैंग' कहा जाता है।

उसे यक़ीन था कि उसके पिता काला जादू करते थे

कुछ महीनों पहले मैंने होनोलुलू में एक महिला की कहानी सुनी। उसने बताया कि उसने

अपनी जाति और धर्म के बाहर शादी की थी। उसके पिता एक काहुना यानी पुजारी थे और उनमें जादुई शक्तियाँ थीं, इसलिए वे काले जादू से उसकी शादी तुड़वाने पर आमादा थे।

स्पष्टीकरण ही कई बार इलाज होता है। यह महिला हवाई युनिवर्सिटी की स्नातक थी और उसने मनोविज्ञान का अध्ययन किया था, लेकिन फिर भी वह अपने पिता के शाप से डरती थी। मैंने उसे विस्तार से बताया कि अगर प्रेम उसे और उसके पति को एक करता है, तो कोई भी व्यक्ति या स्थिति उसके विवाह को नहीं तोड़ सकते, ईश्वर प्रेम है और जब दो दिल मिलकर धड़कते हैं, तो संसार के सारे शाप और बहिष्कार आँधी में तिनके की तरह दूर उड़ जाएँगे।

हमारे अवचेतन मन के आभासों के प्रति अति संवेदनशीलता, साथ ही हमारी कल्पना के नकारात्मक इस्तेमाल, ने करोड़ों अज्ञानी लोगों को आंशिक तौर पर पंगु बना दिया है। यह महिला इस मुग़ालते में थी कि उसके पिता के काले जादू (मस्तिष्क के नकारात्मक इस्तेमाल) में शक्ति थी और इसका सफल होना तय था।

मैंने उसे प्लॉटिनस की कहानी सुनाई, जो सत्रह सौ साल से भी ज़्यादा समय पहले इस पृथ्वी पर रहा था। मिस्त्र का एक पुजारी अपने युग के बहुत प्रबुद्ध इंसान प्लॉटिनस से मिलने आया। पुजारी ने प्लॉटिनस को शाप दिया, यानी उसने अपने मन में प्लॉटिनस की मृत्यु की इच्छा पर ध्यान केंद्रित किया और उस पर निशाना साधा। प्लॉटिनस यह चाल जानते थे और वे यह भी जानते थे कि मूर्ख पुजारी के विचार से उसके पास शक्ति थी। संसार का एक या सारे पुजारी भी अगर आप पर नकारात्मक सुझाव या शाप फेंकें, तब भी उनमें कोई शक्ति नहीं है, जब तक कि आप ही उसे स्वीकार करने लायक़ मूर्ख और अज्ञानी न हों।

प्लॉटिनस को प्रेमपूर्ण ईश्वर के साथ अपने एकत्व का अहसास था। ईश्वर सर्वशक्तिमान है; ईश्वर के साथ अकेला इंसान भी बहुमत में होता है।

यदि ईश्वर हमारे साथ है, तो कौन हमारे ख़िलाफ़ हो सकता है?

- रोमन्स 8:31

इतिहास में दर्ज है कि शाप उलट गया और प्लॉटिनस में जब कोई जगह नहीं मिली, तो यह बूमरैंग की तरह मिस्त्र के पुजारी पर ही पलट गया। पुजारी मिर्गी के दौरे में प्लॉटिनस के क़दमों पर गिर गया। प्लॉटिनस को पुजारी के अज्ञान पर तरस आया और उन्होंने उसका हाथ पकड़कर उसे उठा लिया। पुजारी ने एकमात्र शक्ति को पहचान लिया और प्लॉटिनस का निष्ठावान शिष्य बन गया।

इस स्पष्टीकरण ने हवाई की इस महिला के दिमाग़ के भारी बोझ को हटा दिया। उसने अपने पिता से कहा, 'पिताजी, अब मुझे आपसे डर नहीं लगता है। मुझे तो आप पर तरस आता है। आप सोचते हैं कि आपके पास शक्ति है, लेकिन आप बस नकारात्मक सुझावों का

इस्तेमाल करते हैं। आप किसी दूसरे के लिए जो सुझाव देते हैं या कामना करते हैं, उसे आप अपने ख़ुद के जीवन में आमंत्रित कर रहे हैं। शक्ति मेरे भीतर है और मैं ईश्वर के साथ अपना एकत्व जानती हूँ। उसका प्रेम हमारे चारों ओर है और हमारी हिफ़ाज़त करता है। जब भी मैं आपके बारे में सोचती हूँ, मैं दावा करती हूँ, 'ईश्वर मेरे साथ है; कोई भी मेरे ख़िलाफ़ नहीं हो सकता। मैं स्वतंत्र हूँ।' उसने अपने पिता को दुआ दी, ख़ुद पर से उनकी शक्ति की पकड़ ढीली की और उन्हें मुक्त कर दिया।

उस महिला ने मुझे कुछ समय बाद पत्र लिखकर बताया कि उसके पिता बेटी-दामाद से नफ़रत करते रहे। पिता ने उसे पत्र में धमकी भी दी कि काले जादू की शक्ति उन दोनों को नष्ट कर देगी। उस महिला ने उनकी धमकियों पर कोई ध्यान नहीं दिया। कुछ सप्ताह बाद पिता सड़क पर गिरकर मर गए। महिला ने कहा कि उसके पिता की नफ़रत ने ही उनकी जान ले ली - उसकी बात सही थी। नफ़रत, ईर्ष्या और शत्रुता प्रेम, शांति, सद्भाव, ख़ुशी, उत्साह तथा मधुर संबंध की जान ले लेती हैं। उस आदमी के सारे नकारात्मक, विध्वंसात्मक विचार उसी की ओर लौटकर आ गए और यह दोहरा आघात उससे बर्दाश्त नहीं हुआ। आप किसी दूसरे के लिए जो भी कामना करते हैं, उसे आप अपने ख़ुद के शरीर और अनुभव में उत्पन्न व प्रकट करते हैं।

मोज़ेस और मिस्त्र के पुजारी

प्राचीन समय में लोग मानते थे कि पुजारी में उन्हें नाख़ुश या क्रोधित करने वाले लोगों को शाप देने की शक्ति थी और उस ज़माने के पुजारियों ने लोगों के इस अज्ञान का फ़ायदा उठाया।

मोज़ेस ने मिस्त्र के पुजारियों के इस छल-कपट और धोखे की सच्चाई भाँप ली। वे मोज़ेस के सामने पूरी तरह से हक्के-बक्के थे। मोज़ेस से डरने की वजह से पुजारियों ने मोज़ेस व उनके लोगों को धमकाने की कोशिश छोड़ दी।

मोज़ेस ने आध्यात्मिक शक्ति के एकत्व को सिखाया। मिस्त्र वाले कई शक्तियों में विश्वास करते थे और आस्था रखते थे। मोज़ेस जानते थे कि ईश्वर एक ही है और उनकी जागरूकता ने सारे नकारात्मक विचारों को हवा में उड़ा दिया।

सीधे विचार वाले चिंतक बनें

यह बेहद अनिवार्य है कि आप यह बात सीधे-सीधे समझ लें: कि सद्भावना, सौंदर्य, प्रेम, शांति, ख़ुशी और जीवन के सारे वरदान एक ही स्त्रोत से आते हैं। ईश्वर कोई भी प्रेमरहित

चीज़ नहीं कर सकता, क्योंकि ईश्वर असीम प्रेम है। ईश्वर दर्द की कामना नहीं करता, क्योंकि ईश्वर पूर्ण शांति है। ईश्वर दुख की इच्छा नहीं करता, क्योंकि ईश्वर परम ख़ुशी है। ईश्वर मृत्यु की कामना नहीं करता, क्योंकि ईश्वर जीवन है और अब वह आपका जीवन है।

सारे तथाकथित शाप, काले जादू, टोने-टोटके, शैतानी तंत्र-मंत्र आदि एक विपरीत शक्ति में डरावने अज्ञानी विश्वास से आते हैं। केवल एक ही शक्ति है, एक ही ईश्वर है - दो नहीं, तीन नहीं या एक हज़ार नहीं, केवल एक। ईश्वर को चुनौती देने वाली किसी बुरी शक्ति में विश्वास करना सरासर अंधविश्वास पर आधारित है।

जब लोग इस शक्ति का इस्तेमाल सृजनात्मकता से, सद्भाव से, शांति से और ख़ुशी से करते हैं, तो वे इसे ईश्वर कहते हैं। जब लोग इस शक्ति का इस्तेमाल अज्ञान से, नकारात्मक तरीक़े से और मूर्खतापूर्ण ढंग से करते हैं, तो वे इसे शैतान, भूत-प्रेत, बुरी आत्माएँ आदि नाम देते हैं।

शाप लौट कर आते हैं

जब आप अपने भीतर की जीवंत सर्वशक्तिमान आत्मा की ओर मुड़ते हैं और अपने दिलोदिमाग़ को खोलकर हर दिन दावा करते हैं, 'ईश्वर है और उसकी उपस्थिति सद्भाव, सौंदर्य, प्रेम, शांति, ख़ुशी तथा समृद्धि के रूप में मेरे भीतर प्रवाहित होती है। ईश्वर मेरी हिफ़ाज़त करता है और मैं ईश्वर के प्रेम के पवित्र दायरे से हमेशा पूरी तरह घिरा रहता हूँ।' और जब आप भीतर की एकमात्र शक्ति को पूरा समर्पण, निष्ठा और विश्वास देते हैं, तो आपको बाइबल में इज़राइल कहा जाता है। जो व्यक्ति परम आत्मा की श्रेष्ठता को पहचान लेता है और अपने ख़ुद के विचार की शक्ति को पहचान लेता है, वह पाएगा कि उसके सारे तरीक़े सुखद हैं और उसके सभी मार्ग शांति से भरे हैं।

स्मरणीय बिंदु...

1. युगों-युगों का सबसे महान रहस्य यह अहसास है कि ईश्वर एक और अविभाजित है, एकमात्र उपस्थिति और शक्ति है, कारण और सार है। मनुष्य की प्रबुद्धता सारी शक्ति, समर्पण और निष्ठा निर्मित वस्तुओं को नहीं, बल्कि सर्वोच्च कारण (आत्मा) में रखती है। आप किसी मनुष्य, छड़ी, पत्थर, स्थिति, सूर्य, चंद्रमा या तारों को शक्तिशाली नहीं मानते हैं। आप केवल रचयिता को ही शक्तिशाली मानते हैं।

2. जब हम बच्चे थे, तो हम चित्रों और मानसिक तस्वीरों में ही सोचते थे। फलस्वरूप बचकाना मस्तिष्क ईश्वर की इस तरह की छवियाँ प्रक्षेपित करता था कि ईश्वर दाढ़ी

वाला एक बूढ़ा आदमी था, जो एक सिंहासन पर बैठा था और देवदूत संगीत बजा रहे थे। बचकाने मस्तिष्क खुरों, सींगों और डंक मारने वाली पूँछ के साथ शैतान की तस्वीर बनाते थे। वयस्कों के अंधविश्वासी सुझावों के आधार पर ये सभी विचार छवियाँ हमारे मन में उत्पन्न होती थीं।

3. आदि मानव ख़ुशी का श्रेय देवताओं को देता था और दर्द तथा कष्ट का श्रेय बुरी शक्तियों को देता था। वह हवाओं, ग्रहों और नदियों को देवी-देवता मानकर अनुनय-विनय करता था तथा उम्मीद करता था कि वे उसकी गुहार सुनेंगे और जवाब देंगे। दो शक्तियों (अच्छी और बुरी) में विश्वास करने का मतलब आदि मानव बनने जैसा ही है।

4. प्रकृति की शक्तियाँ बुरी नहीं हैं; यह आप पर निर्भर करता है कि आप उनका कैसा इस्तेमाल करते हैं। आप बिजली का इस्तेमाल फ़र्श को वैक्यूम करने के लिए कर सकते हैं या किसी की जान लेने के लिए भी कर सकते हैं। अच्छाई और बुराई मनुष्य की प्रेरणा में हैं, उसके विचार-जीवन में हैं।

5. एक बार जब आप स्वीकार कर लेते हैं कि आपके बाहर कोई शक्ति है, चाहे आप उसे कितनी ही लाभकारी क्यों न मानते हों, तो आपने वह बीज बो दिया है, जो देर-सबेर ‘डर’ का फल पैदा करेगा; यह जीवन, प्रेम और स्वतंत्रता की पूरी बर्बादी है।

6. तांत्रिक या ओझा के पास कोई शक्ति नहीं होती, बल्कि जब वह किसी अज्ञानी व्यक्ति को शाप या मौत की धमकी देना चाहता है, तो वह उसे बता देता है कि उसे शाप दिया गया है और वह व्यक्ति इस शक्ति में विश्वास करते हुए उस सुझाव को मान लेता है। इस तरह वह शाप उसके ही विचार की गतिविधि बन जाता है। यही शाप जब मिशनरियों को दिए जाते हैं, तो वे हँस देते हैं, क्योंकि उन्हें यह ज्ञान होता है कि बुरे शापों में कोई शक्ति नहीं होती है। उनके अवचेतन में ऐसा कुछ नहीं होता, जो तांत्रिक के नकारात्मक सुझाव को स्वीकार करे। बुरे सुझावों को स्वीकार करने के लिए आपके अवचेतन मन में एक समान भाव या भावना होनी चाहिए। आप किसी ऐसे व्यक्ति को असफलता का सुझाव कैसे दे सकते हैं, जो आत्मविश्वास से भरा हो और जिसे सफलता का पूरा भरोसा हो? वह आप पर हँसेगा।

7. दूसरों को शक्तिशाली मानना मूर्खतापूर्ण है, जब वे आपको बताते हैं कि वे आपके बुरे के लिए प्रार्थना कर रहे हैं। सबसे अच्छा तरीक़ा उन पर हँसना है, क्योंकि वे ख़ुद में जो शक्ति मानते हैं, वह उनमें नहीं होती। शक्ति सिर्फ़ ईश्वर में होती है और यह बहुत सकारात्मक है। वह सर्व-बुद्धिमान है, शक्तिशाली ईश्वर है, सबका पिता है। वह सद्भाव के रूप में चलता है - कोई भी चीज़ उसका विरोध नहीं कर सकती, रोक नहीं सकती या दूषित नहीं कर सकती। वह सर्वशक्तिमान है। उसके साथ जुड़ जाएँ और जब आपके विचार ईश्वर के विचार होते हैं, तो ईश्वर की शक्ति आपके नेकी के विचारों

के साथ होती है। अगर आप दूसरों के नकारात्मक विचार स्वीकार करने से इन्कार कर दें, तो उनमें आप तक पहुँचने की कोई शक्ति नहीं होती और वे दोगुनी शक्ति के साथ अपने उद्गम के बिंदु पर लौट आएँगे।

8. जब ईश्वर का प्रेम पति और पत्नी को एक करता है, तो उसे कोई इंसान नहीं तोड़ सकता। ईश्वर प्रेम है - जब कोई कहता है कि वह किसी विवाह को तोड़ने वाला है, तो उसके लिए मंगलकामना करें और आगे बढ़ जाएँ। शक्ति का स्त्रोत किसी दूसरे को नहीं - ईश्वर को ही मानें।

9. नफ़रत, द्वेष, ईर्ष्या और शत्रुता प्रेम, शांति, मधुर संबंध, सौंदर्य, ख़ुशी तथा विवेक का गला घोंट देती हैं। नकारात्मक भाव उत्पन्न करते रहना बहुत विनाशकारी होता है और इसका अंत किसी घातक बीमारी, गंभीर मानसिक विकृति या पागलपन में हो सकता है।

10. मोज़ेस ने आध्यात्मिक शक्ति का एकत्व सिखाया था। मिस्त्र के पुजारी अनेक देवी-देवताओं और बुरी शक्तियों में विश्वास करते थे। मोज़ेस जानते थे कि शक्ति एक ही है और उन्होंने उनके नकारात्मक विचारों को हवा में तिनके की तरह उड़ा दिया।

11. सीधी लकीर के चिंतक बनें और सारी शक्ति, मान्यता तथा निष्ठा एक सर्वोच्च शक्ति को दें: आपके भीतर की जीवित सर्वशक्तिमान आत्मा। ख़ुद को इसके सामंजस्य में लाएँ और इसकी उपस्थिति को अपने भीतर सद्भाव, स्वास्थ्य, शांति, ख़ुशी व प्रेम के रूप में प्रवाहित होने दें। आप पाएँगे कि आपकी सारी राहें सुखद हो गई हैं और सारे मार्ग शांतिपूर्ण हो गए हैं।

3

टेलीसाइकिक्स को अपने लिए चमत्कार कैसे करने दें

रैल्फ़ वॉल्डो एमर्सन ने कहा था, 'केवल सीमाबद्ध व्यक्ति ही काम करता है और कष्ट उठाता है। असीमित ईश्वर मुस्कुराते विश्राम में पसरा रहता है।' आपके मस्तिष्क का नियम किसी व्यक्ति का लिहाज़ या भेदभाव नहीं करता है। यह नियम बताता है कि आप जो सोचते हैं, उसे ही उत्पन्न करते हैं; आप जो महसूस करते हैं, उसे ही आकर्षित करते हैं - और आप जिसकी कल्पना करते हैं, वही बन जाते हैं। सभी नियम अव्यक्तिगत होते हैं और व्यक्तियों का सम्मान नहीं करते हैं। यह सत्य आपके ख़ुद के मस्तिष्क पर भी लागू होता है। उन शक्तियों के साथ छेड़खानी करना ख़तरनाक है, जिन्हें आप नहीं समझते हैं। मिसाल के तौर पर, यदि आप सुचालकता या विद्युत अवरोधक संबंधी विद्युत नियम नहीं जानते हैं और यह भी नहीं जानते हैं कि यह ज़्यादा ऊँची शक्यता से कम ऊँची शक्यता तक प्रवाहित होती है, तो आपको आसानी से करंट लग सकता है और आपकी जान जा सकती है।

क्रिया और प्रतिक्रिया पूरी प्रकृति में सर्वव्यापी हैं। इसे रेखांकित करने का एक और तरीक़ा यह बताना है कि आप जिस भी विचार को सच के रूप में महसूस करते हैं, उसकी छाप आपके अवचेतन मन (नियम) पर छूट जाती है और बाद में आपका अवचेतन उसे व्यक्त कर देता है, जिस भी चीज़ की छाप इस पर छोड़ी जाती है - चाहे यह अच्छी हो, बुरी हो या तटस्थ हो।

किस तरह एक मनुष्य ने खोया प्रेम दोबारा हासिल किया

एक आदमी ने एक बार मुझसे शिकायत की कि पंद्रह साल के वैवाहिक जीवन के बाद उसे यह पता चला कि उसकी पत्नी बेवफ़ा थी। पत्नी को कोई दूसरा मिल गया था। अपनी समस्याएँ बताते हुए उसने ज़िक्र किया कि छह महीने पहले वह अपनी पत्नी के ऑफ़िस गया था, जहाँ वह नौकरी करती थी। उसने ग़ौर किया कि उसका बॉस बहुत आकर्षक और अमीर था। उसने कहा, 'मुझे यक़ीन हो गया कि वह उसके मोहपाश में फँस जाएगी। मुझे

लगातार इस बात का डर रहता था, हालाँकि मैंने उससे कहा कुछ नहीं।' उस पल स्पष्ट रूप से उसे ईर्ष्या ने जकड़ लिया और उसे जिस बात का सबसे ज़्यादा डर था, वह हो गई।

उसे मन के नियमों का ज्ञान था, क्योंकि वह अमेज़िंग लॉज़ ऑफ़ कॉस्मिक माइंड पावर पढ़ चुका था। हमने इस बारे में विस्तार से बात की कि वह क्या कर रहा था और वह समझ गया कि पत्नी के बहकने के उसके सतत विचारों और मानसिक चित्र ने अवचेतन रूप से उसकी पत्नी को प्रभावित किया और वे पत्नी के अवचेतन मन पर अंकित हो गए। उसकी पत्नी पति के मन की कार्यविधि के बारे में कुछ नहीं जानती थी। दरअसल, पति के डर के विचार और उसका निश्चित विश्वास कि वह दूसरे के चक्कर में पड़ जाएगी, पत्नी के ज़्यादा गहरे मन ने समझ लिए। पति के विश्वास के अनुरूप उसके विचार सच हो गए।

दरअसल, वही इस बात के लिए ज़िम्मेदार था, क्योंकि उसके विचारों और मानसिक चित्र की गहनता इतनी प्रबल थी कि उसने सचमुच अपनी दुर्भाग्यपूर्ण वैवाहिक उलझन को उत्पन्न किया और इसकी गति बढ़ाई। उसे अपनी ग़लती का अहसास भी था। उसने अपने मन के नियम का इस्तेमाल बड़े नकारात्मक तरीक़े से किया था। फलस्वरूप उसे ऐसे ही परिणाम मिले। मेरे सुझाव पर वह इतना विनम्र बन गया कि अपनी पत्नी के साथ इस मसले पर बात करने को तैयार हो गया। उसने पत्नी को यह भी बता दिया कि वह अपने मन का किस तरह ग़लत इस्तेमाल कर रहा था। पत्नी ने रोते हुए बढ़ती मित्रता को स्वीकार किया और अपने बॉस के साथ संबंध तोड़ लिया। उसने एक नई नौकरी ढूँढ़ ली और क्षमा तथा दैवी प्रेम की भावना ने उन दोनों को दोबारा एक कर दिया।

पति ने नीचे दी गई वैज्ञानिक प्रार्थना प्रक्रिया अपनाकर सारे डर और ईर्ष्या के अहसास को त्याग दिया :

> मेरी पत्नी मेरे सृजनात्मक विचार और चित्र के प्रति ग्रहणशील है। उसके अस्तित्व के केंद्र में शांति है। ईश्वर उसका मार्गदर्शन कर रहा है। दैवी सही कार्य उसे प्रेरित करता है। हमारे बीच मधुर संबंध, प्रेम, शांति और समझ है। जब भी मैं उसके बारे में सोचूँगा, मैं तुरंत एक मंगलकामना करूँगा और कहूँगा, 'ईश्वर तुमसे प्रेम करता है और तुम्हारी परवाह करता है।'

उसने इस प्रार्थना की आदत डाल ली और अब वह आशंका और ईर्ष्या से मुक्त हो चुका है, जो डर की संतानें हैं। उनका विवाह हर दिन पहले से ज़्यादा सफल होता जा रहा है। जॉब ने कहा था, 'जिसका मुझे भारी डर था, वही मुझ पर आन पड़ा है।' इसे उलट दें और यह भी उतना ही सच है: 'जिससे मैं भारी प्रेम करता हूँ, वह मेरे जीवन और अनुभव में आ गया है।'

ईश्वरीय शक्ति ने उसके लिए चमत्कार कर दिए

इस अध्याय का शीर्षक दक्षिण कैलिफ़ोर्निया युनिवर्सिटी की एक युवा विद्यार्थी के साथ मेरे विचार-विमर्श का परिणाम है। वह साइकिक परसेप्शन: द मैजिक ऑफ़ एक्स्ट्रासेंसरी पावर पढ़ रही थी और उसने सपने में हुए लोगों के अद्‌भुत अनुभव पढ़े। उसने कहा, मैं इक्कीस साल की हूँ और मैंने शादी करने का निर्णय लिया है। लगभग एक सप्ताह पहले मेरा अपने उच्चतर स्व के साथ संवाद हुआ और मैंने यह कहा :

> 'तुम सर्वज्ञाता हो; तुम हर चीज़ जानते हो। मेरे जीवन में एक ऐसा व्यक्ति लाओ, जो मेरे साथ पूरे सामंजस्य में हो और मेरे लिए सही हो। अब मैं गहरी नींद में जा रही हूँ।'

यह उसकी आसान प्रार्थना तकनीक थी। उसने सपने में अपनी ही उम्र का एक युवक देखा - लंबा और आकर्षक, जिसकी बाँह में किताबें दबी थीं। वह तुरंत जान गई कि यही वह आदमी था, जिससे वह शादी करेगी। हालाँकि उसे ज़रा भी पता नहीं था कि वह कहाँ था या वह उससे कहाँ मिलेगी, लेकिन वह इस बारे में पूरी तरह निश्चिंत थी। वास्तव में, उसके मन में भावी पति संबंधी प्रार्थना करने की आगे कोई इच्छा ही नहीं थी।

सपना देखने के लगभग दो महीने बाद वह एक धार्मिक आराधना में गई और उसके बग़ल में बैठा युवक वही था, जिसे उसने दो महीने पहले सपने में देखा था। उसकी बाँह के नीचे एक पुस्तक थी - बाइबल। एक महीने बाद ही उन दोनों की शादी हो गई।

इस तरह के सपने, जो किसी भावी पति या पत्नी का चित्र समय से पहले दिखा देते हैं, असामान्य नहीं हैं। यह युवा विद्यार्थी अपने मन के नियम जानती थी। वह इस बारे में भी जागरूक थी कि सोने से पहले की आख़िरी जाग्रत अवधारणा अवचेतन मन में अंकित हो जाती है और अवचेतन मन इसे साकार करने का उपाय खोजता है। कई बार यह अनुभव को नाटकीकृत कर देता है, जब चेतन और अवचेतन सृजनात्मक रूप से नींद में संयुक्त होते हैं।

उसे यक़ीन था कि बद्‌क़िस्मती उसे सफल नहीं होने दे रही है

आयरलैंड की हाल की यात्रा में मैं अपने एक दूर के कज़िन से मिलने गया, जो किलार्नी के क़रीब रहता है। उसके घर पर डिनर के दौरान वह यही बात दोहराता रहा कि किसी तरह का 'शाप' उसके पीछे पड़ा हुआ है। एक ज्योतिषी ने दरअसल पत्ते पढ़कर बताया था कि बुरी शक्तियाँ उसके ख़िलाफ़ काम कर रही थीं, जिससे उसका डर और बढ़ गया था। वह किसी सम्मोहक मंत्र या निश्चित अवधि की सज़ा की गिरफ्त में दिख रहा था। मेरा यह रिश्तेदार काफ़ी शिक्षित है और उसके पास कृषि में उपाधि भी है।

उसने कहा कि उसने कॉलेज में एमर्सन को पढ़ा था, लेकिन स्पष्ट रूप से वह एमर्सन की भाग्य की परिभाषा नहीं पढ़ पाया था :

> वह (मनुष्य) अपने भाग्य को बाहरी मानता है, क्योंकि उसकी कड़ी छुपी हुई है। लेकिन आत्मा (अवचेतन मन) में होने वाली घटना शामिल है, क्योंकि घटना केवल उसके विचारों का वास्तविक रूप है और हम जिसकी प्रार्थना करते हैं, वह हमेशा मिल जाता है। घटना आपके आवेदन का निकला हुआ प्रिंट आउट है। यह आपकी त्वचा की तरह आप पर सटीक बैठती है।

मैंने उसे समझाया कि एमर्सन ने जो कहा था, वह उतना ही सच है, जितने कि वे कृषि के नियम, जो उसने पढ़े थे। सच तो यह था कि उसकी परवरिश, धार्मिक विश्वास, भावनात्मक स्वीकृति, विचार और भावनाएँ उसके जीवन की सारी परिस्थितियों, अनुभवों और घटनाओं को तय करती हैं। दूसरे शब्दों में, कारण बाहरी क़िस्म का नहीं था, बल्कि उसके ख़ुद के विचार-जीवन में था। उसने इस सत्य के बारे में ग्रहणशील होना शुरू किया कि उसका अवचेतन मन हमेशा उसके आदतन सोच और विश्वासों को उत्पन्न कर रहा है। उसे अहसास हुआ कि अगर वह भविष्यवक्ता के नकारात्मक सुझावों को स्वीकार कर लेता था, तो यह उसके ख़ुद के विचार की गतिविधि बन जाएगी - और उसकी आदतन सोच के अनुसार अनुभव उत्पन करेगी, ठीक उसी तरह, जैसे बीज अपनी ही तरह के फल देते हैं।

भविष्यवक्ता ने उसे जो बताया था, उसे अस्वीकार करने की पूरी शक्ति उसके पास थी। उसके पास यह जानने और विश्वास करने की पूरी शक्ति थी कि वह अपनी सोच से अपना भविष्य ख़ुद बनाता है। यह युगों-युगों पुरानी सच्चाई पर आधारित है कि इंसान वही बन जाता है, जो वह सारा दिन सोचता है।

मैंने इस तथ्य पर विस्तार से बात की कि अंततः भविष्यवक्ता के पास कोई शक्ति नहीं थी और वह उसके जीवन को नियंत्रित नहीं करती थी। यदि भविष्यवक्ता बहुत संवेदनशील हुई, तो वह एक निष्क्रिय, अतीन्द्रिय अवस्था में मेरे रिश्तेदार के अवचेतन मन का दोहन कर सकती है और उसके सामने उसकी वर्तमान मानसिक अवस्था उजागर कर सकती है। मैंने उसे बताया कि उसमें यह शक्ति थी कि वह आध्यात्मिक तरीक़े से सोचकर और शाश्वत सत्यों के साथ तादात्म्य करके अपने अवचेतन को बदल दे।

दरअसल, सारी विपत्तियाँ, निराशाएँ और असफलताएँ उसने ख़ुद उत्पन्न की थीं। उसने अपना मानसिक नज़रिया बदल लिया। मैंने सुबह और रात करने के लिए उसे एक प्रार्थना लिखकर दी और स्पष्ट निर्देश दिए कि आगे से वह उसे न नकारे, जिसका वह दावा करता था :

> 'आज ईश्वर का दिन है। मैं ख़ुशी, सफलता, समृद्धि और मानसिक शांति का चुनाव

करता हूँ। मुझे दिन भर ईश्वर का मार्गदर्शन मिलता है और मैं जो भी करता हूँ, उसकी सफलता तय है। जब भी मेरा ध्यान अपनी सफलता, शांति, समृद्धि या नेकी के विचारों से भटकता है, तो मैं तुरंत अपने विचारों को ईश्वर और उसके प्रेम के मनन पर लौटा लाऊँगा तथा यह सोचूँगा कि वह मेरी परवाह तथा रक्षा करता है।

मैं एक आध्यात्मिक चुंबक हूँ और ग्राहकों को अपनी ओर आकर्षित करता हूँ, जो उसे चाहते हैं, जो मेरे पास देने के लिए है। मैं हर दिन बेहतर सेवा प्रदान करता हूँ। मैं अपने सारे कार्यों में बेहद सफल हूँ। जो लोग मेरी दुकान या जीवन में आते हैं, मैं उन सभी को आशीष देता हूँ और समृद्ध बनाता हूँ। ये सारे विचार अब मेरे अवचेतन मन में समा रहे हैं और वे समृद्धि, सुरक्षा तथा मानसिक शांति के रूप में प्रकट होते हैं। यह अद्भुत है!

ऊपर दिए गए सभी सत्य का निरंतर अहसास और उसके नए नज़रिये ने उसकी पूरी ज़िंदगी बदल दी।

उसने कहा: 'यह मेरा सातवाँ तलाक़ है! मैं क्या ग़लत कर रही हूँ?'

एक अधेड़ महिला बहुत आंदोलित थी और भावनात्मक दृष्टि से तबाह थी। उसने मुझसे कहा कि मैं उसके अतीत के विवाहों पर थोड़ी रोशनी डालूँ, जिनका अंत तबाही में हुआ था। यह साफ़ दिख रहा था कि उसने दरअसल एक ही तरीक़े के व्यक्ति से शादी की थी। बस हर बार उस आदमी का नाम अलग था और उनमें से प्रत्येक पिछले वालों से बदतर था।

मैंने उसके सामने स्पष्ट किया कि जीवन में वह नहीं मिलता है, जिसे आप चाहते हैं। जीवन में तो वह मिलता है, जिस पर आप मनन करते हैं। इसलिए यह बेहद अनिवार्य है कि वह अपने अवचेतन मन में अपनी मनचाही चीज़ का मानसिक समतुल्य स्थापित कर ले, तभी उसे वह मिल सकती है।

उसकी मुश्किल यह थी कि वह अपने पहले पति से द्वेष कर रही थी, जिसने झूठ बोला था, उसका पैसा चुराया था और उसके आभूषण लेकर भाग गया था। उसे मुक्त करने में असफल रहने पर यह मानसिक घाव या मवाद भरा फोड़ा उसके अवचेतन मन में मौजूद रहा। इसी कारण वह दूसरे पति, तीसरे पति आदि की ओर आकर्षित हुई। हर आगामी पति के प्रति अपने द्वेष और क्रोध को पोषण देकर उसके विचारों ने उसके अवचेतन में इन नकारात्मक भावों को बढ़ा लिया। इसी वजह से वह अपनी प्रबल मानसिक अवस्था के चित्र के अनुरूप व्यक्ति को ही आकर्षित करती रही। हम जिस पर ध्यान देते हैं, अवचेतन हमेशा उसे बढ़ा देता है और कई गुना कर देता है - चाहे वह अच्छी चीज़ हो या बुरी।

इस पर मैंने मन के नियम पर ज़ोर देते हुए बताया कि यह नियम अपनी अभिव्यक्तियों में पूरी तरह से न्यायपूर्ण और निष्पक्ष है, यानी सेव के बीज की प्रकृति है कि

यह सेव का पेड़ उगाए, इसी तरह यह जीवन का नियम है कि वह हमेशा अपने जीवन की सभी अवस्थाओं में अपरिहार्य रूप से और हमेशा आंतरिक प्रकृति की हूबहू प्रतिलिपि ही उत्पन्न करेगा। 'जैसा भीतर वैसा बाहर। जैसा स्वर्ग (मन) में, वैसा धरती पर (शरीर, परिस्थितियों, स्थितियों, अनुभवों और घटनाओं में)।'

मुझे यक़ीन है कि मैंने उसके विचारों और भावनाओं की कार्यविधि स्पष्ट करके उसके दिमाग़ का अंधकार दूर कर दिया। उसने इस बात को पहचान लिया कि उसके लिए यह असंभव है कि वह एक चीज़ सोचे, महसूस करे और विश्वास करे, और फिर जो वह सोचती है, जिससे डरती है और जिसकी उम्मीद करती है, उससे भिन्न किसी दूसरी चीज़ का अनुभव करे। मन का नियम अच्छा और बहुत अच्छा माना जाता है, क्योंकि आपके सारे अनुभव आपके आंतरिक नज़रिये तथा विश्वासों के साथ मेल खाते हैं और परस्पर संबंधित होते हैं।

उसने कहा, 'मैं अब समझ सकती हूँ कि अपने पूर्व पतियों के प्रति द्वेष, क्रोध, शत्रुता और क्षमा करने में विफलता की वजह से ही मैं अपने जीवन में वैसे ही पुरुषों को आकर्षित करती रही। मुझे ख़ुद को बदलना होगा। मैं जानती हूँ कि मैं अपने वर्तमान पति पर झूठे आरोप लगा रही हूँ और हालाँकि वह शराबी और जुआरी है, लेकिन मैं जानती हूँ कि उसकी बेवफ़ाई, मुझ पर जासूसी कराने और मेरे अन्य आरोप मेरे ही अपराधबोध, डर और असुरक्षा की अभिव्यक्ति हैं।

साथ लाने पर उन दोनों ने कहा कि वे अपने विवाह को 'कारगर' बनाना चाहते हैं। महिला को अहसास हुआ कि तलाक़ लेने से समस्या हल नहीं होगी, क्योंकि इसके बाद वह आरोप लगाने, आत्म-करुणा, डिप्रेशन और दबे गुस्से के उसी पुराने सिलसिले को दोहराएगी। उस आदमी ने शराब और जुआ छोड़ने का फ़ैसला किया। वे एक दूसरे के अंदर के देवत्व को अपनाने पर सहमत हो गए। पति को अहसास हुआ कि जो आदमी किसी महिला से प्रेम करता है, वह कोई भी ग़लत काम नहीं करता है, जबकि पत्नी को अहसास हुआ कि हर सफल व्यक्ति के पीछे एक महिला होती है।

उन्होंने मिलकर और एक दूसरे के लिए सुबह-शाम प्रार्थना करने का निर्णय लिया। वे जानते थे कि जिस व्यक्ति के लिए हम प्रार्थना करते हैं, उसके प्रति द्वेष, नफ़रत या दुर्भावना रखना असंभव है। संयुक्त प्रार्थना, जिसे हर एक बारी-बारी से रात और सुबह करता था, इस प्रकार थी :

> हम जानते हैं कि हम एक ही समय में प्रेम और द्वेष के विचार नहीं रख सकते, क्योंकि हमारा मन एक समय में दो चीज़ें नहीं सोच सकता। जब भी हम एक दूसरे के बारे में सोचेंगे, हम सकारात्मक रूप से कहेंगे: 'ईश्वर उसकी आत्मा को भरता है।' हम एक दूसरे के प्रति प्रेम, शांति, ख़ुशी और सद्भावना संचारित करते हैं। हमें सभी मायनों में दैवी मार्गदर्शन मिलता है और हम एक दूसरे में ईश्वर को उन्नत बनाते हैं। हमारा विवाह

एक आध्यात्मिक मिलन है। हम दुर्भावना, द्वेष और नकारात्मक विचार रखने के लिए एक दूसरे को क्षमा करते हैं और संकल्प लेते हैं कि यह दोबारा नहीं करेंगे। हम जानते हैं कि हमें बस ख़ुद को क्षमा करना है और हमें क्षमा कर दिया जाएगा, क्योंकि जीवन या ईश्वर कभी दंड नहीं देता है; यह काम तो हम ख़ुद अपने साथ करते हैं। जो भी प्रेम, सत्य और स्वास्थ्य से सरोकार रखता है, केवल वही हमारे अनुभव में प्रवेश कर सकता है।

इस प्रार्थना की आदत डालने पर एक आध्यात्मिक कायाकल्प हुआ। उन दोनों को पता चला कि प्रेम अपने से विरुद्ध हर चीज़ को मिटा देता है। दोनों को ही पता चला कि बदलने के लिए ख़ुद के सिवा दूसरा कोई नहीं है।

ईश्वर के सत्यों पर मनन करने पर और सबके प्रति प्रेम तथा सद्भावना संचारित करने पर आपका पूरा संसार जादू से आपके मानसिक चित्र के साँचे में ढल जाएगा और आपका रेगिस्तान गुलाब की तरह लहलहा उठेगा तथा आनंद से झूमने लगेगा। ईश्वरीय शक्ति से अपनी ख़ातिर चमत्कार कराना दरअसल यही है।

स्मरणीय बिंदु...

1. आपके मन का नियम किसी व्यक्ति का लिहाज़ नहीं करता, किसी के साथ भेदभाव नहीं करता। नियम बताता है कि आप जो सोचते हैं, उसे उत्पन्न करते हैं; आप जो महसूस करते हैं, उसे आकर्षित करते हैं - आप जिसकी कल्पना करते हैं, आप वही बन जाते हैं।

2. क्रिया और प्रतिक्रिया पूरी प्रकृति में सर्वव्यापी हैं। आपका विचार शुरू करने वाली क्रिया है। आपके विचार की प्रकृति जैसी होती है, आपका अवचेतन उसी अनुरूप प्रतिक्रिया करता है।

3. जब कोई व्यक्ति यक़ीन करता है, चित्र देखता है और लगातार डरता है कि उसकी पत्नी भटक जाएगी, तो उसकी सतत सोच और चित्र पत्नी के अवचेतन मन तक पहुँच जाते हैं और वह वही कर सकती है, जिससे वह डरता है और यक़ीन करता है कि वह करेगी। यह ख़ास तौर पर सच है, अगर वह मन के नियम न जानती हो और उसके पास 'प्रार्थना का सहारा' न हो।

4. डर और ईर्ष्या से मुक्त होने के लिए आप अपने और दूसरे व्यक्ति के भीतर मौजूद ईश्वरीय उपस्थिति से एकरूप होते हैं और दूसरे के प्रति जीवन की सारी नियामतों की कामना करते हैं। आपको यह अहसास होना चाहिए कि जो आपके भाई के लिए

सुखकारी है, वह आपके लिए भी सुखकारी है। सामने वाले की सफलता आपकी सफलता है; सामने वाले की ख़ुशक़िस्मती आपकी ख़ुशक़िस्मती है। प्रेम ही स्वास्थ्य, ख़ुशी और मानसिक शांति के नियम की परिपूर्णता है।

5. सपने में अपने भावी जीवनसाथी को देखना संभव है। अक्सर आपका अवचेतन उस व्यक्ति को आपके सामने प्रकट कर देगा। जब यह सचमुच होता है, तो आपके अंतर्मन में भावना आती है कि आपकी प्रार्थना सफल हो गई है। आप बाद में पाते हैं कि आपका भावी पति या पत्नी आपके सपने के चित्र के ठीक अनुरूप होता है।

6. यदि कोई व्यक्ति यह यक़ीन करता है कि क़िस्मत उसके ख़िलाफ़ है या अगर वह किसी भविष्यवक्ता की नकारात्मक भविष्यवाणियों को स्वीकार कर लेता है, तो उसका अवचेतन उसके विश्वास की प्रकृति के अनुरूप प्रतिक्रिया करता है। वास्तव में, वही अपने दुर्भाग्य या तथाकथित बदक़िस्मती का कारण है, क्योंकि उसके मन के विचार ही उसका भविष्य तय करते हैं। उसमें सारे नकारात्मक सुझावों को पूरी तरह अस्वीकार करने की शक्ति है। यह भी संभव है कि वह ईश्वर को अपने अदृश्य साझेदार के रूप में देखे, जो हर तरह से उसे मार्गदर्शन दे रहा है, दिशा दिखा रहा है और समृद्ध बना रहा है। ख़ुशक़िस्मती में उसके विश्वास के अनुरूप ही उसका भला होगा। मनुष्य का अवचेतन उसकी आदतन सोच और चित्रों को हमेशा साकार करता है।

7. जब कोई महिला गहराई से किसी पूर्व पति के प्रति द्वेषपूर्ण, नाराज़ और दुर्भावनापूर्ण होती है, तो इस मानसिक नज़रिये में भावनात्मक दृष्टि से विकारग्रस्त पुरुष को आकर्षित करने की प्रवृत्ति होती है, जिसमें पूर्व पति से मिलते-जुलते गुण हों। समान ही समान को आकर्षित करता है, जैसे 'एक जैसे पंख वाले पक्षी एक साथ रहते हैं।' अपने पूर्व-पति को पूरी तरह मुक्त करना आवश्यक है; उसके लिए जीवन की तमाम नियामतों की कामना करना ज़रूरी है। जब वह ऐसा करने की आदत डाल लेती है, तो उसका ख़्याल आने पर भी वह शांत रहेगी। जहाँ सच्ची क्षमा का शासन होता है, वहाँ कोई डंक नहीं रहता। क्षमा के बाद वह यह दावा कर सकती है कि ईश्वरीय उपस्थिति और शक्ति उसकी ओर एक ऐसे आदमी को आकर्षित करा रही है, जो उसके साथ पूरे सामंजस्य में हो। इसके बाद उसके अवचेतन का नियम प्रतिक्रिया करेगा।

8. शादी को 'कामयाब' बनाने के लिए दो लोगों की ज़रूरत होती है। जब प्रत्येक इस निर्णय पर पहुँचता है कि वह अपने तथा सामने वाले के भीतर मौजूद ईश्वर को उन्नत बनाएगा, तो विवाह बरसों के साथ ज़्यादा ख़ुशहाल होता जाएगा। ईश्वर की सच्चाइयों पर मनन करके और एक दूसरे में उसके प्रेम को पहचानने पर उनके जीवन का रेगिस्तान गुलाब की तरह लहलहाने लगेगा और ख़ुशी से झूमने लगेगा।

4

टेलीसाइकिक्स आपको भविष्य देखने और अंतर्बोध की आवाज़ पहचानने की शक्ति देती है

वित्तीय संसार में कई लोगों में शेयरों के चढ़ने या गिरने का सटीक अनुमान लगाने की क्षमता होती है। इसका कारण बहुत आसान है। आप जिस चीज़ पर पूरा ध्यान केंद्रित करते हैं, आपको हमेशा उसके बारे में अंतर्बोध की आवाज़ सुनाई देगी या आंतरिक प्रेरणा मिलेगी। आपका अवचेतन हमेशा आपके केंद्रित विचार की प्रकृति के अनुसार ही प्रतिक्रिया करता है।

एक युवा व्यवसायी ने दौलत कमाने के लिए टेलीसाइकिक्स का अभ्यास किया

हाल ही में मेरी एक फ़ार्मासिस्ट से बातचीत हुई, जिसने मुझे बताया कि कुछ साल पहले उसने अफ़्रीका, मेक्सिको, कैनेडा और अमेरिका के सोने के शेयरों का अध्ययन किया था। उसने अपना ध्यान लगभग पाँच शेयरों पर केंद्रित किया, जो उस वक़्त शेयर बाज़ार में बहुत कम दामों पर मिल रहे थे। उसकी टेलीसाइकिक नीति (अपने अवचेतन मन की ईश्वरीय प्रज्ञा से संपर्क करने की नीति) इस प्रकार थी :

> हर रात जब वह गहरी नींद में सोने जाता था, तो वह अपने ज़्यादा गहरे स्व से धीरे से कहता था: इन सोने के शेयरों में सर्वश्रेष्ठ निवेश कौन सा है, मेरे सामने प्रकट करो। मैं जवाबों के प्रति स्पष्टता से जागरूक हूँ। जवाब मेरे चेतन, तार्किक मन में आएँगे। जवाब न सुनना मेरे लिए असंभव होगा।

उसने हर रात नियम से ऊपर बताई गई तकनीक का अनुसरण किया, साथ ही वह सोने के प्रत्येक शेयर की वित्तीय पृष्ठभूमि और संभावनाओं का अध्ययन करता रहा। एक रात सपने में एक आदमी उसके सामने प्रकट हुआ। एक पॉइंटर के साथ उसने उसे सोने के कुछ ख़ास शेयरों के नाम वाला चार्ट दिखाया, जिसमें उनके वर्तमान भाव और भावी

ऊँचाइयाँ थीं। उसने जागने पर तुरंत शेयर ख़रीद लिए। बाद में वे शेयर उस भाव पर पहुँच गए, जो उसने अपनी नींद में देखे थे। फिर उसने वे शेयर बेचकर इतनी दौलत कमा ली, जितनी वह फ़ार्मासिस्ट के काम में कभी नहीं कमा पाता।

इसके बाद उसने और ज़्यादा पैसा कमाने के लिए कम भाव पर इनमें से कई शेयरों को दोबारा ख़रीद लिया। उसके सपने में प्रकट हुआ आदमी उसके अवचेतन मन का नाटकीयकरण था, जिसने उसके सवाल का स्पष्ट जवाब उसके सामने उजागर कर दिया।

किस तरह टेलीसाइकिक्स ने एक सेक्रेटरी की समस्या सुलझाई

कुछ महीने पहले मेरी एक युवा महिला से बातचीत हुई, जिसके पिता मर गए थे। वह इकलौती संतान थी, जिसकी माँ तभी गुज़र गई थीं, जब वह बहुत छोटी थी। जब वह लगभग आठ साल की थी, तो उसके पिता उसे हवाई ले गए, जहाँ उन्होंने टापुओं की सैर की। उन्होंने अपनी बेटी को बताया कि वहाँ उन्होंने ज़मीन के तीन प्लॉट ख़रीदे थे, जो उसे किसी दिन विरासत में मिलेंगे - क्योंकि उन्होंने वे प्लॉट सिर्फ़ उसी के लिए ख़रीदे थे। बहरहाल, पिता की मृत्यु के बाद क़ागज़ातों में युवा महिला को डीड या किसी तरह का दस्तावेज़ नहीं मिला और वह यह भी नहीं जानती थी कि उसके पिता किस टापू का ज़िक्र कर रहे थे, क्योंकि उन्होंने दोबारा कभी वह विषय नहीं छेड़ा था।

मैंने उसे सुझाव दिया कि वह रात को तनावरहित हो जाए - अपने मन को शांत कर ले। यह कल्पना करना ज़रूरी था कि वह अपने भीतर की ईश्वरीय आत्मा से संवाद कर रही थी। मैंने उससे इस उपस्थिति से संवाद करने का आग्रह किया और उसे समझाया कि इस प्रक्रिया को टेलीसाइकिक्स कहा जाता है और उसे निश्चित जवाब मिलेगा। शर्त यह थी कि उसमें ईमानदारी, मान्यता और जवाब पाने का विश्वास होना चाहिए।

इसी अनुसार, उसने अपने उच्चतर स्व से इस तजऱ् पर एक काल्पनिक बातचीत की :

> जायदाद संबंधी मेरे पिता के डीड और सौदे के क़ागज़ात कहीं पर रखे हुए हैं और मैं जानती हूँ कि आप, मेरे उच्चतर स्व, जानते हैं और मैं जवाब को इसी समय स्वीकार करती हूँ। मैं जवाब के लिए धन्यवाद देती हूँ और यह ऐसा ही है।

फिर वह शांति से ‘जवाब’ शब्द को बार-बार लोरी की तरह दोहराते हुए सो जाती थी।

जब आप हर रात सोने जाते हैं, तो आख़िरी जाग्रत अवधारणा आपके अवचेतन पर अंकित हो जाती है। यदि आपके विचार को आस्था और विश्वास से पर्याप्त भावनामय कर दिया जाए, तो आपका अवचेतन जवाब देने का तरीक़ा खोजेगा, क्योंकि यह केवल जवाब

जानता है।

उसने लगभग दो सप्ताह तक हर रात ऊपर बताई तकनीक को दोहराया और उसने कहा कि इसके बाद उसके डैडी उसे नींद में नज़र आए। वे मुस्कुराते हुए उससे बोले :

> मैं तुम्हारी समस्या की गुत्थी सुलझाने जा रहा हूँ। डीड और विक्रय अनुबंध पारिवारिक बाइबल में हैं, जिसे तुम्हारी दादी पढ़ती थीं। पेज 150 पर देखो, वहाँ तुम्हें एक छोटा लिफ़ाफ़ा मिलेगा। मुझे अब जाना होगा, लेकिन मैं तुमसे दोबारा मिलूँगा। मैं तुम्हारा डैडी हूँ - यह मत सोचना कि यह एक सपना है।

वह थोड़ी विचलित अवस्था में जागी और दौड़कर नीचे की मंज़िल पर पहुँचकर उसने बाइबल खोली। वहाँ वही क़ागज़ रखे हुए थे, जिनकी उसे तलाश थी: टैक्स की रसीदें, बिक्री के रिकॉर्ड और डीड। इस तरह उसके सपने ने उसका बहुत सारा समय और ख़र्च बचा लिया।

कोई भी सटीकता से यह नहीं जानता कि आपकी प्रार्थना का जवाब देने के लिए अवचेतन मन किस विधि का इस्तेमाल करेगा। अतीन्द्रिय दृष्टि इसकी एक शक्ति है, इसलिए सेक्रेटरी अतीन्द्रिय दृष्टि के ज़रिये डीड का पता-ठिकाना देख सकती थी। उसका अवचेतन इसे एक सपने की छवि में बुन सकता था, उसके पिता को जवाब देते हुए दिखा सकता था, काफ़ी कुछ किसी नाटक के लेखक की तरह, जो अपने पात्रों के शब्द गढ़ता है।

अगर आप कहते हैं कि यह सचमुच उसके पिता की 'आत्मा' थी, तो कई लोग इस बात पर यक़ीन कर लेंगे, जैसे कि इस युवा महिला को भी अंदर से यक़ीन था कि यह उसके पिता ही थे। हमें यह याद रखना चाहिए कि हर दिन परिजनों के बीच टैलीपैथिक संवाद होते हैं: पिता, माता, बेटे, बेटी, रिश्तेदार, मित्र आदि सभी उनके धरातल पर बहुत जीवित होते हैं। मृत्यु जैसी कोई चीज़ नहीं है और हमारे सारे परिजन हमारे चारों ओर हैं, जो केवल आवृत्ति द्वारा ही विभाजित हैं। हम सभी की तरह ही उनके भी व्यक्तिपरक मन हैं और उनके कम घनत्व के, सूक्ष्म शरीर हैं, जो बंद दरवाज़े भेदने में सक्षम हैं और समय तथा काल के परे जा सकते हैं।

आपके माता या पिता आपको अगले आयाम से टैलीपैथिक संदेश नहीं भेज सकते, यह कहना तो यह कहने जैसा होगा कि आपके पिता आपको बॉस्टन से टैलीपैथिक संदेश नहीं भेज सकते या वे आपको फ़ोन नहीं कर सकते या तार नहीं भेज सकते। हम सभी एक ही मस्तिष्क में हैं, जो सभी व्यक्तियों में साझा है। हर व्यक्ति उस शाश्वत मस्तिष्क का प्रवेश भी है और निर्गम भी।

मन और आत्मा, जो हम सभी की वास्तविकता है, मर नहीं सकती; क्योंकि ईश्वर जीवन (आत्मा) है और यह अब हमारा जीवन है। ईश्वर आत्मा है और जीवित सर्वशक्तिमान

आत्मा आपके भीतर वास करती है, आपमें चलती और बोलती है। हज़ारों साल पहले प्राचीन हिंदू मनीषियों ने कहा था :

> आप (आत्मा) कभी नहीं मरते हैं; आप (आत्मा) कभी नहीं मरेंगे; पानी आपको गीला नहीं करता है; आग आपको जलाती नहीं है; तलवार आपको भेदती नहीं है; और हवाएँ आपको दूर नहीं उड़ाती हैं।

प्रायः पूछा जाने वाला प्रश्न

'क्या अशरीर आत्माएँ (अगले आयाम में जी रहे परिजन और चार-आयामी शरीर के स्वामी) जीवित लोगों के साथ संवाद करती हैं?'

इस पर मेरा जवाब यह है कि हम अब भी सशरीर आत्माओं के बारे में बात कर रहे हैं, चाहे यह इस तीन-आयामी धरातल पर हो या अगले चार-आयामी धरातल पर हो। डॉ. राइन और कई अन्य वैज्ञानिकों ने प्रयोग में बिना किसी शंका के दर्शा दिया है कि टैलीपैथिक संवाद सशरीर आत्माओं के बीच यहाँ विद्यमान होता है। ज़ाहिर है, इसका मतलब है आप और आपके मित्र या परिजन। अगले आयाम में आपके परिजन भी सशरीर आत्माएँ हैं और वे भी उतने ही जीवित हैं जितने कि आप हैं।

टेलीसाइकिक्स और अतीन्द्रिय यात्रा

कई लोगों ने चेतन और अचेतन रूप से ख़ुद को अपने नैसर्गिक शरीर के बाहर पाया है और उन्हें यह पता चला है कि उनके पास एक और शरीर है, जिसे कई बार सूक्ष्म शरीर, आकाशीय शरीर, चार-आयामी शरीर आदि कहा जाता है। यह उच्चतर आणविक कंपन वाला शरीर होता है, किसी पंखे की तरह, जो इतनी तेज़ गति से घूमता है कि इसकी पंखुडियाँ अदृश्य हो जाती हैं।

शैक्षणिक और वैज्ञानिक दायरों में यह जाना-पहचाना तथ्य है कि मनुष्य केवल शरीर नहीं है। यह दर्शाया जा चुका है कि मनुष्य अपने शरीर से पूरी तरह स्वतंत्र होकर देख सकता है, सुन सकता है और अतीन्द्रिय यात्रा भी कर सकता है। स्वर्गीय डॉ. हॉर्नेल हार्ट, जो ड्यूक युनिवर्सिटी में डॉ. राइन के सहयोगी थे, ने 'शरीर के बाहर मनुष्य' पर काफ़ी शोध किया। उन्होंने आगामी प्रयोगों और जाँच का सुझाव दिया।

आप मेरी दो अन्य पुस्तकों इनफ़ाइनाइट पावर फ़ॉर रिचर लिविंग और साइकिक परसेप्शन: द मैजिक ऑफ़ एक्सट्रासेंसरी पावर में रोज़मर्रा के जीवन में ऐसे स्त्री-पुरुषों के

बारे में बहुत रोचक और अनूठे अनुभव पाएँगे, जिन्होंने अपने शरीर का प्रक्षेपण हज़ारों मील दूर किया और वहाँ देखी-सुनी चीज़ें बताने में कामयाब हुए।

किस तरह टेलीसाइकिक्स ने उसे एक दिन में 1 लाख डॉलर जिताए

कुछ महीनों पहले मैंने डॉ. डेविड होव के आग्रह पर लास वेगस, नेवाडा में चर्च ऑफ़ रिलीजियस साइंस में व्याख्यान दिए, जो प्रभारी पादरी थे। एक श्रोता मेरे होटल में एक घरेलू समस्या के संदर्भ में सलाह लेने के लिए आया।

बातचीत के दौरान उसने बताया कि वह एक बुकी था और पूरे देश में घोड़े के दाँवों में लगने वाली बहुत बड़ी धनराशियाँ सँभालता था। उसने कहा कि वह अपने अवचेतन मन का नियमित और सुनियोजित इस्तेमाल करके बड़े नुक़सानों से अपनी रक्षा करता है। जब उसे एक-दो घोड़ों पर बहुत ज़्यादा पैसा मिलता है, तो वह इसका कुछ हिस्सा दूसरे बुकीज़ तक पहुँचाने की कोशिश करता है, लेकिन हर रात वह रेस-शीट का मेहनत से अध्ययन करता है और अपनी रुचि दो ख़ास घोड़ों तक सीमित करता है। फिर वह अपने अवचेतन से कहता है: 'मैं अब यह आग्रह तुम्हारे हवाले कर रहा हूँ। मुझे पहली या तीसरी रेस (या जिन भी दो रेस को वह पसंद करता हो) के विजेता बताओ'; फिर वह 'विजेता, विजेता, विजेता' शब्द दोहराता हुआ सोने चला जाता है।

सोते समय उसका चेतन मन अवचेतन मन के साथ सृजनात्मक रूप से जुड़ता है और अवचेतन मन आख़िरी जाग्रत अवधारणा को स्वीकार कर लेता है तथा अपने ख़ुद के तरीक़े से उसे जवाब देने लगता है। जब वह बिस्तर पर गहरी नींद में सोया होता है, तो उसे रेस और विजेता दिख जाते हैं। बाक़ी समय वह अपने सपने में रेस देखता है, लेकिन जागने पर विजेता को भूल जाता है। एक रात उसने देखा कि 'लुक-मी-ओवर' रेस जीत रहा है और दाँव 27-1 का था। उसने 4,000 डॉलर का दाँव लगाया और लगभग 1,00,000 डॉलर जीत लिए।

आप ग़ौर करेंगे कि यह सपना पूर्वाभासी प्रकृति का था। यानी उसने रेस ट्रैक पर दौड़ शुरू होने से 24 घंटे पहले ही इसके परिणाम देख लिए, लेकिन यह निश्चित रूप से बुकी के रूप में उसके काम से जुड़ा हुआ था। आपका अवचेतन मन अवैयक्तिक है और यह लोगों के बीच भेदभाव नहीं करता। यह बैंकर को पैसे के संदर्भ में अंतर्बोध देगा। डॉक्टर को उपचार के संबंध में देगा। केमिस्ट को रासायनिक फ़ॉर्मूलों के संदर्भ में देगा। शेयर ब्रोकर को निवेशों के संबंध में देगा। और किसी नई खोज में रुचि रखने वाला आविष्कारक अपने सपने में पूरा डिज़ाइन देख सकता है। आपका अवचेतन आपको प्रेरणा, विचार, जवाब देगा, साथ ही निश्चित अंतर्बोध आभास भी देगा, लेकिन यह उसी संबंध में यह सब देगा, जिस पर आपका

ध्यान केंद्रित होगा और जिसमें आपकी गहरी रुचि होगी।

किसी विशेष स्वप्न को कैसे याद रखें

मैंने इस बुकी को समझाया कि वह कैसे विजेता के बारे में अपने ख़ास सपने को याद रखे, जो उसे चकमा दे रहा था। मैंने सुझाव दिया कि सुबह जागने पर उसे ख़ुद से पहली चीज़ यह कहनी चाहिए, 'मुझे याद है!' फिर पूरा सपना उसे याद आ जाएगा। (उसने इसे आज़माया है और यह तरीक़ा कामयाब हुआ है।)

लूथर बरबैंक के जीवन में टेलीसाइकिक्स

लूथर बरबैंक का नाम सभी लोग जानते हैं और उनके ख़ुद के कहे अनुसार वे अपनी बहन को टैलीपैथिक संदेश भेजा करते थे, जब भी वे चाहते थे कि वह उनके साथ उनकी बीमार माँ को देखने जाए। इन अवसरों पर उन्होंने कभी भी टेलीफ़ोन या तार का सहारा नहीं लिया।

डॉ. फ़िनीज़ पार्कहर्स्ट क्विम्बी किसी दूरस्थ स्थान पर प्रकट हो सकते थे

डॉ. क्विम्बी बेशक अमेरिका के अग्रणी आध्यात्मिक उपचारक हैं और उन्होंने कहा था: 'मैं जानता हूँ कि मैं अपने स्वरूप को घनीभूत कर सकता हूँ और दूरी पर भी प्रकट हो सकता हूँ।' उनका सूक्ष्म या चार-आयामी शरीर क्विम्बी के लिए उतना ही वास्तविक था, जितना कि उनका भौतिक शरीर था। घर से 100 या इससे ज़्यादा मील दूर रोगियों के सामने क्विम्बी के ये प्रकटीकरण 1845-46 के लगभग शुरू हुए।

क्विम्बी ने प्रदर्शित किया कि मनुष्य एक अतीन्द्रिय प्राणी है और वह काल, स्थान या पदार्थ से बँधा नहीं है। इस अनूठे आध्यात्मिक गुरु के असाधारण जीवन का एक उदाहरण देखें :

उन्होंने एक महिला को पत्र लिखा, जो बेलफ़ास्ट, मेन स्थित उनके घर से काफ़ी दूर रहती थी। उसमें उन्होंने बताया कि वे एक निश्चित दिन उससे मिलने आएँगे, हालाँकि उन्होंने सटीक समय नहीं लिखा था। किसी चूक की वजह से पत्र कभी डाक में नहीं पहुँच पाया। बहरहाल, जिस महिला से मिलने और जिसकी ख़ातिर प्रार्थना करने का उन्होंने वादा किया था, वह जब डिनर पर किसी दूसरी महिला से बातचीत कर रही थी, तो अतिथि महिला ने कहा, 'आपकी कुर्सी के पीछे एक आदमी खड़ा है,' और उसने उनका विस्तार से वर्णन किया। उस महिला ने घोषणा की, 'ओह, ये तो डॉ. क्विम्बी हैं। वे मेरा इलाज कर रहे हैं।'

डॉ. क्विम्बी उस महिला के पासमानसिक और आध्यात्मिक रूप से उपस्थित थे, चार-आयामी या सूक्ष्म शरीर धारण किए थे, जिसे अतिथि महिला ने साफ़ देखा।

शारीरिक तौर पर क्विम्बी उस वक़्त बेलफ़ास्ट में अपने घर पर थे। वे अपनी रोगी पर ध्यान केंद्रित कर रहे थे और दैवी आदर्श पर मनन कर रहे थे - ईश्वरीय उपचारक उपस्थिति की उपचारक, शुद्धिकारक शक्ति उनकी रोगी में प्रवाहित हो रही थी - और उन्होंने साथ ही ख़ुद को उसके पास पहुँचाने का निर्णय लिया, बेशक अपनी रोगी में ज़्यादा आस्था और ग्रहणशीलता भरने के विचार के साथ।

टेलीसाइकिक्स ने एक युवक को स्कॉलरिशप और एक नई कार दिलाई

19 वर्ष का रॉबर्ट राइट हर शनिवार की सुबह मेरे घर के एक साउंडप्रूफ़ कमरे में मेरे रेडियो प्रोग्राम को व्यवस्थित करने में मदद करता है। वह हर रात सोने से पहले अपने मन के नियम का अभ्यास यह कहकर करता है :

> मेरे अवचेतन मन की ईश्वरीय प्रज्ञा कॉलेज में मेरा मार्गदर्शन करती है और मेरे सामने सभी जवाब उजागर करती है। मैं हमेशा संतुलित और शांत रहता हूँ। इसीलिए मैं दिव्य योजना के तहत अपनी सारी परीक्षाएँ उत्तीर्ण कर लेता हूँ। मैं जानता हूँ कि कार शाश्वत मन का एक विचार है। मैं अब एक नई कार पर दावा करता हूँ, जो मेरे पास दिव्य योजना के तहत आती है। मैं सफल प्रार्थना के लिए धन्यवाद देता हूँ। मैं जानता हूँ कि मेरा ज़्यादा गहरा मन मेरे आग्रहों पर प्रतिक्रिया करता है और मैं यह भी जानता हूँ कि विश्वासपूर्वक दोहराने पर मेरा विचार मेरे अवचेतन में अंकित हो जाएगा और साकार हो जाएगा।

इसके बाद की कहानी रोचक थी। उसे एक ख़ास परीक्षा के लगभग एक सप्ताह पहले एक रात को सपना आया और उसे सारे पूछे जाने वाले सवाल सपने में दिख गए। बाद में उसे बेहतरीन अंक मिले और उसे काफ़ी धनराशि की स्कॉलरशिप भी मिली, जिससे उसे पढ़ाई में मदद मिलेगी। वह जिस कार से कॉलेज जाता था, वह रास्ते में ख़राब हो गई और उसे उसी दिन एक नई स्टेशन वैगन तोहफ़े में मिली।

कार ख़राब होने पर उसने ज़ोर से दावा किया: 'इससे केवल भला ही हो सकता है,' और उसका भला हुआ भी। एक पूर्ण और ख़ुशहाल जीवन की कुंजी इस संसार में ईश्वर की अच्छाई में आनंद लेना है।

स्मरणीय बिंदु...

1. आपको अपने अवचेतन से हमेशा उस विषय पर अंतर्बोध मिलेगा, जिस पर आप ध्यान देते हैं। मिसाल के तौर पर, अगर आप किसी ख़ास शेयर या शेयरों के अध्ययन पर ध्यान देते हैं, तो आपको किसी ख़ास शेयर को ख़रीदने की एक आंतरिक प्रेरणा, एक अनुभूति या प्रबल भावना मिल सकती है। या जैसा एक आदमी के साथ हुआ, आप सपने में शेयर का नाम और शेयर की भावी ऊँचाई देख सकते हैं। आपका अवचेतन ऐसे तरीक़ों से जवाब का नाटकीयकरण कर देता है, जो आप जानते ही नहीं हैं। जवाब का लाभ लेने के लिए आपको सतर्क रहना चाहिए, एक तरह से चेतन अवस्था में होना चाहिए।

2. अगर आप खोई हुई या ग़लत जगह रखी गई चीज़ों को ढूँढ़ रहे हैं, तो अपना आग्रह अपने अवचेतन मन के हवाले कर दें और यह दावा करें कि आपके अवचेतन की सर्वोच्च प्रज्ञा जवाब जानती है और उसे आपके सामने उजागर कर देगी। अपने ज़्यादा गहरे मन पर भरोसा करें, जो सब कुछ जानता है और सब कुछ देखता है। एक उदाहरण में, एक लड़की ने बताया कि उसके पिता एक सपने में दिखे थे और उन्होंने उसे पारिवारिक बाइबल का एक ख़ास पन्ना देखने को कहा था। वहीं उसे वे सारे क़ागज़ात मिले, जिनकी ज़रूरत उसे अपनी जायदाद पर दावा करने के लिए थी। अवचेतन के तरीक़े अबूझ होते हैं।

3. आपके अवचेतन के भीतर अतीन्द्रिय दर्शन, अतीन्द्रिय श्रवण और अन्य असाधारण शक्तियाँ हैं। यह सारी बुद्धिमत्ता और शक्ति के साथ सह-व्याप्त है। आपके अवचेतन के भीतर ईश्वरीय अस्तित्व की सारी शक्तियाँ हैं, जो बुद्धिमत्ता को दूर से ला सकती हैं, सामने वाले के मस्तिष्क से जानकारी प्राप्त कर सकती हैं या किसी तिजोरी में बंद सामग्री पढ़ सकती हैं। अपने आग्रह आस्था और विश्वास के साथ इसे सौंप दें और जवाब की उम्मीद करें। जिस तरह सूरज सुबह उगता है, उसी तरह आपकी इच्छा का भी प्रकटीकरण होगा।

4. आप मस्तिष्क और आत्मा हैं; आप अमर हैं। ईश्वर आत्मा है और आत्मा आपके भीतर का जीवन सिद्धांत है - आपकी वास्तविकता है। आत्मा कभी पैदा नहीं होती और कभी नहीं मरेगी। आपकी यात्रा हमेशा आगे की ओर, ऊपर की ओर और ईश्वर की ओर है। मनुष्य की महिमा का कोई अंत नहीं है। अनंत काल तक भी आप कभी ईश्वर के सारे चमत्कार और महिमाओं को ख़त्म नहीं कर सकते।

5. इस धरातल पर परिजन एक दूसरे के साथ टेलीपैथी के माध्यम से संवाद करते हैं। यह कहना मूर्खतापूर्ण होगा कि यही परिजन जब जीवन के अगले आयाम में पहुँच जाते हैं, जो हमारे चारों ओर है और इस धरातल को भेदता है, तो वे हमारे साथ संवाद नहीं कर सकते। आपमें जो आत्मा और मस्तिष्क है, वही उनके भीतर भी है। एक मस्तिष्क में कोई अलगाव नहीं है। मैं निश्चित रूप से यक़ीन करता हूँ कि ऐसे कई उदाहरण हैं,

जहाँ आपको जीवन के अगले आयाम में पहुँच गए परिजनों से निश्चित मूर्त संदेश मिलते हैं। मृत्यु जैसी कोई चीज़ नहीं होती है - मृतक से प्राप्त संदेशों के बारे में बात करना मूर्खता है। जो भी कभी ज़िंदा रहे हैं, वे इस समय जी रहे हैं। आज से एक मिलियन या बिलियन साल बाद भी आप जीवित होंगे और ईश्वर के अधिक गुण, लक्षण व चमत्कार उजागर कर रहे होंगे।

6. शैक्षणिक और वैज्ञानिक हलक़ों में मशहूर है कि मनुष्य अपने शारीरिक अस्तित्व से स्वतंत्र होकर सोच सकता है, देख सकता है, महसूस कर सकता है, सुन सकता है और यात्रा कर सकता है। सूक्ष्म शरीर यात्रा या जिसे अतीन्द्रिय यात्रा कहा जाता है, युगों-युगों से ज्ञात है। कई को अचेतन रूप से शरीर के बाहर के अनुभव हुए हैं; बाक़ी ने किसी मित्र या बीमार रिश्तेदार से मिलने पर ध्यान केंद्रित करके सूक्ष्म शरीर यात्रा में प्रयोग किए हैं। उन्होंने ख़ुद को उनके सिरहाने पाया, जबकि उनकी देखने, सुनने और छूने की क्षमताएँ पूरी तरह से सही-सलामत थीं। वे भूत या प्रेत नहीं हैं; उन्होंने तो सिर्फ़ ख़ुद को एक सूक्ष्म शरीर से ढँक लिया है, जो कम घनत्व के और सूक्ष्म है, बंद दरवाज़े के पार जाने में सक्षम है और काल व स्थान को लाँघने में समर्थ है। याद रहे, आप एक मानसिक और आध्यात्मिक प्राणी हैं। किसी दिन आप इन सारी आंतरिक क्षमताओं और शक्तियों का उपयोग अपने वर्तमान तीन-आयामी शरीर से पूरी तरह स्वतंत्र होकर करेंगे।

7. एक बुकी सोने से पहले अपना ध्यान किसी ख़ास रेस के घोड़ों पर केंद्रित करता है, जिसमें वह अपने अवचेतन से विजेताओं के नाम पूछता है। उसे अपने अवचेतन की शक्तियों का पूरा ज्ञान है और वह विश्वास तथा उम्मीद से इसकी ओर जाता है और उसे हमेशा जवाब मिलता है। इंग्लैंड में कई लोग हैं, जिन्होंने हर साल इंग्लिश डर्बी के विजेता को पहले से सपने में देखा है और फलस्वरूप दौलत कमाई है। मैं डॉ. ग्रीन को जानता था, जिनका शौक घुड़दौड़ था और जिन्होंने पहले से सपना देखने की वजह से एक चौथाई मिलियन पाउंड कमा लिए। उन्होंने लगातार छह साल तक रेस के परिणाम पहले से सपने में देख लिए थे।

8. जब आप कहते हैं, ‘मैं सपने नहीं देखता,’ या ‘मैं अपने सपने याद नहीं रख सकता,’ तो जिस पल आप सुबह जागें, ख़ुद से शांति से कहें, ‘मुझे याद रहता है।’ इससे पूरा सपना आपके चेतन, तार्किक मस्तिष्क में स्पष्टता से आ जाएगा।

9. लूथर बरबैंक अपनी बहन को फ़ोन या तार करने की जहमत नहीं उठाते थे, जब वे चाहते थे कि वह उनकी बीमार माँ से उनके साथ मिलने जाए। इसके बजाय वे उसे एक टेलीपैथिक संदेश भेजते थे, जो बहन को हमेशा मिल जाता था और वह इसका पालन करती थी।

10. बेलफ़ास्ट, मेन के डॉ. फ़िनीज़ पार्कहर्स्ट क्विम्बी ने 1847 में कहा था: ‘मैं जानता हूँ कि मैं अपने स्वरूप को सारभूत कर सकता हूँ और दूरी पर नज़र आ सकता हूँ।’ उन्होंने कई रोगियों के साथ यह किया और अपने सूक्ष्म या चार-आयामी शरीर में उनकी देखभाल की, जो इस पल हम सभी के पास है। क्विम्बी ने प्रदर्शित किया कि हम अतीन्द्रिय प्राणी हैं, जो समय, स्थान या पदार्थ के घटकों से नियंत्रित नहीं होते हैं।

11. कॉलेज का एक युवा विद्यार्थी नियमित और सुनियोजित रूप से यह दावा करता है कि उसके अवचेतन मन की ईश्वरीय प्रज्ञा उसकी पढ़ाई में उसका मार्गदर्शन करती है और सारे जवाब उसके सामने उजागर करती है। अक्सर, उसका अवचेतन परीक्षा से पहले उसके मन के पर्दे पर सारे सवाल उजागर करके प्रतिक्रिया करता है। वह जागता है और सारे जवाब पढ़ लेता है - वह हमेशा पाता है कि जो सवाल उसे सपने में दिखे थे, हूबहू वही सवाल उसकी परीक्षा में आए, जो शायद एक या दो सप्ताह बाद हुई। इसे पूर्व-दर्शन कहते हैं, यानी किसी घटना के होने से पहले उसे देख लेना। सवाल पहले से ही मन में हैं। उसने तो सिर्फ़ वहाँ संपर्क किया और सवाल पता कर लिए। अवचेतन मन की बुद्धिमत्ता की वजह से प्रोफ़ेसर ने वही सवाल पूछे, जबकि सारे समय वे यही सोच रहे थे कि उनका चेतन मन निर्णय ले रहा था और सवाल चुन रहा था। इसीलिए कई प्रोफ़ेसर अपने कार्यों के परिणाम नहीं जानते हैं। वास्तव में मानसिक और आध्यात्मिक दृष्टिकोण से यह विद्यार्थी शिक्षक से ज़्यादा चतुर नज़र आता है।

5

टेलीसाइकिक्स किस तरह सपनों में जवाब उजागर करती है

कुछ सप्ताह पहले परामर्श लेने आए एक आदमी ने मुझसे पूछा: 'सपने क्या हैं और मुझे किस वजह से सपने आते हैं?' सवाल अच्छा है, लेकिन मुझे लगता है कि कोई इस सवाल का आसान जवाब नहीं दे सकता है। सपनों की चर्चा और व्याख्या संसार के धर्मग्रंथों में की गई है, सारी जातियों और देशों में हुई है, क्योंकि सपनों की प्रकृति सर्वव्यापी है।

सपने मनुष्य के अवचेतन मन के नाटकीयकरण हैं। इस वजह से वे बहुत व्यक्तिगत होते हैं। संसार के सभी स्त्री-पुरुष और जानवर सपने देखते हैं। अगर सोचा जाए, तो आप अपनी एक तिहाई ज़िंदगी नींद में ही गुज़ार देते हैं। सोते समय आपका स्वप्न जीवन काफ़ी सक्रिय होता है। कई वैज्ञानिक और शैक्षणिक प्रयोगशालाएँ नींद व सपनों का अध्ययन करती हैं और प्रायः आश्चर्यजनक निष्कर्ष देती हैं।

सुझाव की शक्ति

कई साल पहले न्यू यॉर्क में मैंने बर्लिन के एक मनोवैज्ञानिक को देखा, जिन्होंने अपने घर पर कुछ विद्यार्थियों को सम्मोहित किया। उन्होंने एक विद्यार्थी को विवाह, चर्च में रस्म और हनीमून के सपने देखने का सुझाव दिया। दूसरे को यह सुझाव दिया गया कि वह भारत और इसके पवित्र मंदिरों के सपने देखे। तीसरे को सुझाव दिया गया कि वह मिलियनेअर है। उन्होंने सुझाव दिया कि उनमें से प्रत्येक को उसका सपना याद रहेगा, लेकिन उसे इस बात की कोई चेतन स्मृति नहीं होगी कि उसे क्या सुझाव दिया गया था।

लगभग दस मिनट बाद सारे विद्यार्थियों को जगाया गया और उन्होंने जब अपने सपने सुनाए, तो सभी सपने सुझाव की प्रकृति के हूबहू अनुरूप थे। इसकी वजह यह है कि अवचेतन सुझावों को ग्रहण करता है और केवल निगमनात्मक तर्क करता है; यह सुझाव की प्रकृति के अनुरूप प्रतिक्रिया करता है।

बेशक, आपको कई सपने दिन के दौरान आपकी आदतन सोच के कारण आते हैं,

दिन की घटनाओं पर आपकी प्रतिक्रियाओं के कारण आते हैं, जिन सभी की छाप आपके अवचेतन मन पर छूटती है। आपके ज़्यादा गहरे मन पर आप जो भी छाप छोड़ते हैं, यह उसका विस्तार करता है, उसे सक्रिय करता है और बढ़ाता है।

ज़्यादातर लोग सिगमंड फ़्रॉयड के नाम से परिचित होंगे, जिन्होंने 1899 में द इंटरप्रीटेशन ऑफ़ ड्रीम्स लिखी थी। साथ ही आपने कार्ल युंग और ऐल्फ़्रेड एडलर का नाम भी सुना होगा। इन सभी ने अपने रोगियों के स्वप्न जीवन और अवचेतन के बारे में बहुत कुछ लिखा है। हर एक मनुष्य के सपनों, आंतरिक आकांक्षाओं और प्रेरणाओं की भिन्न-भिन्न व्याख्या करता है। फलस्वरूप उन्होंने मनोविज्ञान की कई शाखाएँ विकसित कीं, जैसे मनोविश्लेषण (फ़्रॉयड), विश्लेषणात्मक मनोविज्ञान (युंग) और व्यक्तिगत मनोविज्ञान (एडलर)। इनकी सपनों की व्याख्या और अवचेतन के प्रति नीति आपस में काफ़ी विरोधी हैं। बहरहाल, इस पुस्तक का उद्देश्य यह नहीं है कि इनके अंतरों को विस्तार से स्पष्ट किया जाए। बहरहाल, सपनों पर चर्चा से आपको यह पता चल जाएगा कि आपको अक्सर किसी सपने में आपकी कई समस्याओं को सुलझाने की कुंजी एक स्पष्ट, निश्चित जवाब के रूप में मिल जाती है।

एक स्कूल टीचर ने सपने के ज़रिये अपनी समस्याएँ कैसे सुलझाईं

एक युवा स्कूल टीचर के साथ बातचीत करते समय उसने बताया कि वह शिक्षण के क्षेत्र में बुरी तरह कुंठित है और उसे यह कभी पसंद नहीं था, लेकिन उसके माता-पिता ने जबरन उसे इस पेशे में जाने पर मजबूर कर दिया था।

मैंने उसे सुझाव दिया कि उसका अवचेतन मन उसके छिपे हुए गुणों के बारे में सब कुछ जानता है और अगर वह अपने ज़्यादा गहरे मन में मौजूद ईश्वरीय प्रज्ञा से संपर्क करे, तो उसे प्रतिक्रिया मिलेगी। उसने मेरे सुझाव पर इस तकनीक का इस्तेमाल किया, जिसमें उसने सोने से पहले ख़ुद से यह कहा :

> ईश्वरीय प्रज्ञा मेरे सामने प्रकट करती है कि जीवन में मेरी सच्ची जगह क्या है, मैं कहाँ सर्वोच्च स्तर पर अभिव्यक्ति कर सकती हूँ। मेरी आमदनी बेहतरीन है और यह ईमानदारी के रास्ते पर चलकर कमाई गई है। मैं इसी समय जवाब को स्वीकार करती हूँ और शांति से सोती हूँ।

इस मनन के बाद पहली ही रात को उसे एक बहुत स्पष्ट स्वप्न आया। उसने ख़ुद को एक बहुत बड़ी इमारत में महसूस किया, जहाँ उसने देखा कि एक आदमी एक ख़ास दरवाज़े की तरफ़ इशारा करके बता रहा था कि वह उस दरवाज़े से अंदर चली जाए। उस कमरे में

जाने पर उसने दीवारों पर ग़ौर किया, जो सुंदर तस्वीरों से भरी थीं। उन्हें देखते ही वह मुग्ध हो गई, तल्लीन हो गई, एक तरह से सम्मोहित हो गई। अपने सपने में उसने ख़ुद से कहा, 'यही है,' जिसका मतलब था कि उसे जीवन में अपनी सच्ची जगह मिल गई थी।

उसने मुझे फ़ोन करके बताया कि उसने पेंटिंग शुरू कर दी थी और अपनी टीचर की नौकरी से इस्तीफ़ा देने वाली थी, जो उसने कर दिया। लगभग तुरंत ही उसे पेंटिंग से प्रेम हो गया। उसका छिपा हुआ गुण उसके सामने प्रकट हो गया था। अब वह बेहद सफल है। हाल ही में मैंने उसकी एक सुंदर पेंटिंग 200 डॉलर में ख़रीदी। उसने अपनी पहली प्रदर्शनी अपने घर पर मित्रों के लिए आयोजित की, जिसमें उसने 2,500 डॉलर की बिक्री की।

आपके हृदय में जो स्वप्न है, उसकी अभिव्यक्ति में कोई बाधा नहीं है, जब तक कि आप ख़ुद ही बाधा, मुश्किल, विलंब या रोड़े को अपने चेतन मन में न रखें। आपके ज़्यादा गहरे मन की सर्वशक्तिमान शक्ति और बुद्धिमत्ता का विरोध कोई नहीं कर सकता।

इस युवा चित्रकार की एक पेंटिंग ने उसके एक पूर्व प्रोफ़ेसर का मन मोह लिया, जिन्होंने अंततः उससे विवाह कर लिया। अब वे प्रोफ़ेसर ऑस्ट्रेलिया में एक ख़ास नियुक्ति पर हैं और वे दोनों ही उस देश में अपने छिपे हुए गुणों को प्रकट कर रहे हैं तथा बहुत ख़ुश हैं। उस युवती के अवचेतन ने उसकी ख़ुशी तथा नेकी को बहुत ज़्यादा बढ़ा दिया है।

टेलीसाइकिक्स ने उसके बोझ को कैसे उतारा

हाल ही में मेरी एक रेडियो श्रोता ने मुझे फ़ोन करके बताया कि उसके पिता एक सप्ताह पहले गुज़र गए थे। उसने कहा कि उसके पिता हमेशा घर में काफ़ी पैसे रखते थे, क्योंकि वे महीने में दो बार हवाई जहाज़ से लास वेगस जाते थे, जहाँ वे रूलेट वील पर अपने वीकएंड गुज़ारते थे और जैसा उसने कहा, वे बहुत ख़ुशक़िस्मत रहते थे। पिता ने अपनी बेटी को बताया था कि वे तभी दाँव लगाते थे, जब उनके मन में यह आंतरिक भावना या अनुभूति रहती थी कि वे जीतेंगे और जिस पल वह अंदरूनी आभास या अंतर्बोध चला जाता था, वे तुरंत दाँव लगाना छोड़ देते थे।

उनकी मृत्यु अचानक हुई थी; वे नींद में ही गुज़र गए थे। बेटी ने घर में हर जगह पैसे की तलाश की, क्योंकि उसे लग रहा था कि पैसा घर में ही कहीं पर होगा, लेकिन उसकी सघन तलाशी का कोई परिणाम नहीं निकला।

मैंने उसे सुझाव दिया कि अगर वह अपने अवचेतन मन से बात करेगी, तो उसे निस्संदेह जवाब मिलेगा। मैंने उसे समझाया कि जब वह अपने चेतन मन को शांत कर लेगी और तनावरहित मुद्रा में आ जाएगी, तो उसके अवचेतन मन की बुद्धिमत्ता सतह पर आ जाएगी और जवाब उजागर कर देगी।

उसने अपनी आँखें बंद कर लीं, तनावरहित हुई और आरामदेह मुद्रा में आ गई। उसने धीरे से दावा किया कि उसके अवचेतन की बुद्धिमत्ता यह प्रकट कर देगी कि उसके पिता का पैसा कहाँ रखा था और जब जवाब आएगा, तो वह उसे समझ लेगी। वह कुर्सी पर बैठे-बैठे ही सो गई। उसने कहा, ‘अचानक डैडी मेरे पास आए,’ और वे कुर्सी के पास दिखे तथा मुस्कुराए। वे इतने वास्तविक और सहज दिख रहे थे कि उसे यक़ीन ही नहीं हुआ कि वे उसके डैडी थे। उन्होंने कहा, ‘एलिज़ाबेथ, पैसा तहख़ाने में एक स्टील के बक्से में रखा है, जो औज़ारों के बक्से के पीछे है। उसकी चाबी उस ड्रॉअर में है, जहाँ मैं अपने पत्र रखता हूँ।’

वह युवती तुरंत जाग गई और उसे यह देखकर हैरानी तथा प्रसन्नता हुई कि उसे कुल 13,000 डॉलर मिल गए, जो 50 और 100 डॉलर के नोटों में थे। उसकी ख़ुशी दोगुनी थी। वह पैसा पाकर ख़ुश थी, जिसकी उसे सख़्त ज़रूरत थी। लेकिन उससे भी बढ़कर उसे यह आंतरिक विश्वास और ज्ञान हो गया था कि उसके पिता अब भी उसका ध्यान रख रहे थे।

कोई भी अमरता को असत्य प्रमाणित नहीं कर सकता।

टेलीसाइकिक्स से अपनी ज़रूरत का जवाब कैसे पाएँ

सोने से पहले का समय विचारों, जवाबों और प्रेरणा पाने की ख़ातिर अपने अवचेतन मन की बुद्धिमत्ता का दोहन करने के लिए बेहतरीन होता है। इसका कारण यह है कि आम तौर पर आप ज़्यादा तनावरहित होते हैं, ज़्यादा आरामदेह होते हैं और आप शांति तथा गहरी नींद के लिए तैयार होते हैं।

मिसाल के तौर पर, अगर आप सेल्स मैनेजर हैं और अगले दिन सेल्समेन से बोलने वाले हैं, तो आप कह सकते हैं :

> मैं जानता हूँ कि मेरे अवचेतन मन की ईश्वरीय बुद्धिमत्ता कल मेरे व्याख्यान को मार्गदर्शन देगी और निर्देशित करेगी। यह मेरे सामने सही शब्द उजागर कर देगी, जो इन लोगों को प्रेरित करेंगे, इन्हें प्रोत्साहित करेंगे और इनका मनोबल बढ़ाएँगे। मैं जो भी कहता हूँ, वह अवसर के लिहाज़ से सही होगा और सभी धन्य व लाभान्वित होंगे।

इन शब्दों को मन ही मन या ज़ोर से बोलें, जैसा भी आप चुनें। यह काम पूरी आस्था और विश्वास के साथ करें कि आपका अवचेतन आपको जवाब देगा। यह कभी असफल नहीं होता।

अगर आप एक सप्ताह पहले से जानते हैं कि आपको किसी समूह के सामने बोलना है, तो इसके बारे में हर रात प्रार्थना करें। हो सकता है कि आपके पास पूरे भाषण की रूपरेखा तैयार हो, लेकिन आप पाएँगे कि भाषण देते वक़्त अनजान विचार न जाने कहाँ से

आपके चेतन मन में कौंध जाएँगे और वे शब्द उस अवसर के लिए सही होंगे।

क्या मुझे उस नौकरी को स्वीकार करना चाहिए?

इस सवाल को पूछते वक़्त यह ध्यान दें कि आपका चेतन मन जवाब न दे। स्थिति की अच्छे-बुरे पहलुओं पर विचार करना पूरी तरह सही है। एक बार यह काम करने पर भी अगर आपको पक्का यक़ीन न हो कि आपको उस नौकरी को स्वीकार करना चाहिए, तो अपना आग्रह इस तरह अपने अवचेतन के हवाले कर दें :

> मैं जानता हूँ कि मेरा अवचेतन पूर्ण बुद्धिमान है। यह मेरे कल्याण में रुचि रखता है और यह इस नौकरी के बारे में जवाब मेरे सामने प्रकट करता है। मैं मिलने वाले संकेत का अनुसरण करता हूँ। फिर एक शब्द 'जवाब' को लोरी की तरह दोहराते हुए सो जाएँ।

यह बात याद रखें कि आपका अवचेतन हमेशा जवाब देता है। पूरा विश्वास रखें कि आपको जवाब मिलेगा और यह आपके लिए सही होगा। यह सुबह जागने पर आपके सामने किसी कौंध की तरह आ सकता है, या एक स्पष्ट स्वप्न में दिखाई दे सकता है, जिसमें आपको यह आंतरिक भावना मिलेगी कि यह आपके लिए सही है।

ऊपर बताई गई तकनीक पर अमल करना सीखने पर आप दिन के सामान्य घंटों में भी इसी प्रक्रिया पर अमल करना सीख सकते हैं। अपने मन को शांत कर लें, अकेले रहें, अपनी आँखें बंद कर लें। फिर अपने ज़्यादा गहरे मन की ईश्वरीय बुद्धिमत्ता और असीमित शक्ति के बारे में सोचें, जो सब कुछ जानता है और सब कुछ देखता है। इस तरह अपने चेतन मन को साफ़ कर लें। जो सवाल आप पूछ रहे हैं, उसके अलावा कुछ भी न सोचें। इसे कुछ मिनट तक शांत, निष्क्रिय और ग्रहणशील अंदाज़ में करते रहें।

अगर जवाब आपके ज़्यादा गहरे मन से तुरंत ऊपर नहीं आता है, तो सोच-विचार छोड़कर अपने सामान्य काम में जुट जाएँ। अपने आग्रह को अवचेतन मन के अंधकार में अंकुरित होने दें। जिस पल आपको सबसे कम उम्मीद होती है, जवाब आपके चेतन मन में उसी तरह उछल आएगा, जिस तरह टोस्ट टोस्टर से उछलता है।

सपना अपनी व्याख्या ख़ुद है

आपका सपना आपके लिए व्यक्तिगत है और आपके प्रतीक यदि किसी दूसरे के मन में प्रकट होंगे, तो उनका पूरी तरह से भिन्न अर्थ हो सकता है। सपनों में आपका अवचेतन आपसे प्रतीकात्मक रूप से बात करता है। एक प्राचीन हिब्रू रहस्यवादी ने कहा था कि रात

को पत्नी (अवचेतन) अपने पति (चेतन मन) से बात करती है और कई बार उसे पूरी स्पष्टता से बता देती है कि वह उसे नकारात्मक विचारों, डरों और विनाशकारी भावनाओं से दूषित कर रहा है।

किस तरह टेलीसाइकिक्स ने उसे चेतावनी दी और उसने अपनी शादी की योजना रद्द कर दी

एक युवा महिला की सगाई एक युवक के साथ हो चुकी थी, जब वह मेरे पास परामर्श लेने आई। उसने कहा कि वह नहीं जानती कि क्यों, लेकिन वह बहुत परेशान थी और उदास महसूस करती थी। वह सगाई तोड़ना चाहती थी, लेकिन उस युवक की भावनाओं को आहत नहीं करना चाहती थी।

तलाक़ रोकने का सबसे अच्छा समय विवाह से पहले होता है।

हमारी बातचीत के दौरान उसने बताया कि उसे दस रात से लगातार एक सपना आ रहा है, जिसमें लंबी दाढ़ी वाला एक आदमी डेविड के तारे की ओर इशारा करता है, जिसमें जूडाइज्म का प्रतीक छह नोंक वाला तारा है।

मैंने उससे पूछा कि सपने का उसके लिए क्या अर्थ है, क्योंकि टालमड में लिखा है: ‘हर स्वप्न अपनी व्याख्या ख़ुद है।’ उसने कहा कि वह अब सिनागॉग नहीं जाती है। वह डेविड के स्त्रोत पढ़ा करती थी, लेकिन जिस युवक से उसकी सगाई हुई थी, वह नास्तिक था, जो सभी धर्मों का मखौल उड़ाता था।

मैंने उसे समझाया कि अवचेतन का नियम आत्म-संरक्षण है और बेशक यह डेविड के तारे का प्रतीक दिखाकर उसकी रक्षा करने की कोशिश कर रहा है। उसका अपना अंतर्बोध सही व्याख्या को उजागर कर देगा, क्योंकि प्रतीक ऐसा होना चाहिए, जिससे इंसान के ख़ुद के दिल में घंटी बज जाए।

उस युवती ने सगाई तोड़ दी, जिसके बाद बार-बार आने वाला सपना तुरंत बंद हो गया। उसे शांति का गहरा आभास हुआ। वह सिनागॉग गई और उसने डेविड के स्त्रोतों के मनन और अपनी व्याख्याओं को ताज़ा किया। उसने प्रार्थना की कि ईश्वरीय प्रज्ञा एक ऐसे पुरुष को आकर्षित करेगी, जो हर तरह से उसके सामंजस्य में हो और जिसमें सभी लोगों के भीतर मौजूद ईश्वरीय उपस्थिति में गहरा सम्मान हो। बाद में उसकी एक धर्म-विद्यार्थी से शादी हो गई और अब वह बहुत सुखी है।

उसने बार-बार आने वाले सपने को एक चेतावनी माना, जो कि यह था भी।

टेलीसाइकिक्स ने किस तरह एक आदमी की दुखद समस्या को सुलझाया

न्यू यॉर्क का एक व्यक्ति मुझसे मिलने के लिए बेवर्ली हिल्स आया। उसने कहा कि लॉस एंजेलिस की एक महिला से उसकी छह साल पहले शादी हुई थी। उस महिला ने समय-समय पर उसे बताया था कि वह मानसिक और आध्यात्मिक नियमों पर मेरे व्याख्यान सुनती थी। लेकिन अचानक लगभग एक साल पहले कुछ बताए बिना और कोई चिट्ठी लिखे बिना वह घर से ग़ायब हो गई। पति को लग रहा था कि वह मेरे संगठन की सदस्य थी, मगर मुझे उसका पता-ठिकाना मालूम नहीं था। दरअसल उसका नाम हमारी मेलिंग लिस्ट में नहीं था।

पति ने अपनी पत्नी के दिए 60,000 डॉलरों का गबन किया था। पति इसके बारे में अपराधी महसूस करता था और प्रायश्चित करना चाहता था। इस दौरान वह अपनी माँ की संपत्ति का वारिस बन चुका था और अपनी पत्नी को पैसा लौटाने की स्थिति में आ गया था। उसे महसूस हुआ कि संभवतः इसी कारण पत्नी उसे छोड़कर चली गई थी। जासूस उसे खोजने में नाकाम रहे और पत्नी के रिश्तेदारों को भी कुछ मालूम नहीं था।

पति ने मुझसे कहा, ‘मुझे नहीं पता कि मैं आपके पास क्यों आया, लेकिन मेरे मन में यह आभास है कि वह आपसे मिलने आ सकती है। मैं आपके पास 10,000 डॉलर छोड़कर जा रहा हूँ और उसका नाम लिख रहा हूँ। अगर वह आए, तो यह उसे दे दें और उससे कहें कि वह मुझसे संपर्क करे। मैं उससे प्रेम करता हूँ और चाहता हूँ कि वह लौट आए।’ उसने आगे जोड़ा, ‘उसे मेरी विरासत के बारे में ज़रूर बताएँ।’ मैंने उससे वादा किया कि अगर उसकी पत्नी मुझसे संपर्क करती है, तो मैं उसे बता दूँगा।

दो महीने तक कुछ भी नहीं हुआ। फिर एक महिला ने सैन फ़्रांसिस्को से फ़ोन करके मेरी सेक्रेटरी से कहा कि उसका मुझसे मिलना बहुत ज़रूरी और महत्त्वपूर्ण है तथा वह उसी सुबह बेवर्ली हिल्स आ रही है। मैं शाम को इस महिला से मिला और उसने मन के एक बेहद आश्चर्यजनक नाटक का मंचन किया।

उसने कहा, कुछ रात पहले मैं उसके सपने में आया था और मैंने उसे बताया था कि मेरे पास उसके लिए पैसे हैं; कि उसके पति ने उसके जितने पैसे का दुरुपयोग किया था, वह सारा पैसा उसका इंतज़ार कर रहा है, बशर्ते वह न्यू यॉर्क में घर लौट जाए। उसने कहा कि इसीलिए वह यहाँ आई थी। उसने कहा कि सपना इतना स्पष्ट, इतना यथार्थवादी था कि सच लग रहा था। कमरा रोशनी से भरा था और वह बेहद ख़ुश थी।

मुझे वह महिला याद नहीं थी और मुझे यह भी याद नहीं था कि मैं उससे कभी मिला था। लेकिन एक रात मैंने अपने अवचेतन से यह आग्रह किया था: ‘ईश्वरीय प्रज्ञा जानती है कि मिसेज़ एक्स कहाँ है और मुझे उसका पता-ठिकाना बताती है। वह दैवी योजना के तहत मुझसे संपर्क करती है। यह ईश्वर की क्रिया है।’

मैंने उसे 10,000 डॉलर दिए और वह अपने पति के पास न्यू यॉर्क चली गई। उसने मुझे बताया कि वह अपने पति को इसलिए छोड़कर चली गई थी, क्योंकि उसका पति उससे

झूठ बोलता था और उसने उसका सारा पैसा उड़ा डाला था। वह मार्गदर्शन और दैवी सही क्रिया के लिए प्रार्थना कर रही थी। स्पष्ट रूप से मेरी प्रार्थना उसकी समस्याओं के जवाब के रूप में पुनर्जीवित हुई थी और उसके अवचेतन ने संदेश के साथ मेरी छवि दिखा दी थी।

स्मरणीय बिंदु...

1. सपने आपके अवचेतन मन द्वारा दिखाए जाने वाले नाटक हैं। जब आप सोए होते हैं, तो आपका अवचेतन मन बहुत जाग्रत और निरंतर सक्रिय होता है, क्योंकि यह कभी नहीं सोता है। आपका अवचेतन आम तौर पर प्रतीकात्मक तरीक़े से बोलता है। वैज्ञानिक प्रयोग दर्शाते हैं कि सपने देखते समय चक्षु गतिविधियाँ होती हैं। आपको सपने में अपनी समस्याओं के जवाब मिल सकते हैं।

2. आपका अवचेतन मन सुझाव का अनुगामी होता है और सुझाव की प्रकृति के अनुसार प्रतिक्रिया करता है, चाहे वह सुझाव सच्चा हो या झूठा। मिसाल के तौर पर, आप सोने जाने से पहले ख़ुद को बार-बार सुझाव दे सकते हैं कि आप किलार्नी की झीलों के सपने देखने वाले हैं और आपको उन झीलों का एक अद्भुत काल्पनिक नाटकीयकरण मिलेगा। आप अपने अवचेतन द्वारा चित्रित शानदार दृश्यावली का आनंद लेंगे।

3. फ़्रॉयड, एडलर और युंग अवचेतन और सपनों की व्याख्या में अलग-अलग नीति अपनाते हैं। इस पुस्तक का उद्देश्य आपको यह दिखाना है कि जो लोग अपनी समस्याओं के समाधान के लिए प्रार्थना कर रहे हैं, उन्हें गहरी नींद में बहुत स्पष्ट जवाब मिल जाते हैं, आम तौर पर प्रतीकात्मक रूप में और कई बार बहुत ही वास्तविक तरीक़े से।

4. सच्ची अभिव्यक्ति के लिए प्रार्थना कर रही एक शिक्षिका को सपने में एक निश्चित दरवाज़े से जाने के लिए कहा गया। वहाँ उसने ख़ुद को एक आर्ट गैलरी में पाया, जो सुंदर पेंटिंगों से भरी थी। उसके अंतर्बोध ने उसे बताया कि यह जीवन में उसका मिशन है। उसने पेंटिंग को अपना लिया और तुरंत सफल हो गई।

5. एक युवा लड़की अपने पिता का छिपाया पैसा नहीं खोज पाई, जो अचानक गुज़र गए थे। उसने अपने अवचेतन मन से पैसे का पता-ठिकाना उजागर करने को कहा। सपने में उसके पिता ने आकर उसे स्पष्ट निर्देश दिए कि पैसा कहाँ रखा है। अवचेतन के तरीक़े समझ से परे हैं। आप कभी सटीकता से नहीं बता सकते कि जवाब कैसे मिलेगा। आपको तो बस विश्वास के साथ इससे आग्रह करना है और इस पर पूरा भरोसा करना है कि यह आपको जवाब देगा और जिस पल आपको इसकी सबसे

कम उम्मीद होती है, जवाब अचानक टपक जाएगा।

6. अवचेतन का दोहन करने का सबसे अच्छा समय सोने से पहले का होता है, जब आप तनावरहित होते हैं, शांति में होते हैं और नीरवता तथा गहरी नींद के लिए तैयार होते हैं। अगर आप किसी समस्या का जवाब खोज रहे हैं, तो अपने अवचेतन से बात करें और दावा करें कि आपके अवचेतन की बुद्धिमत्ता जवाब जानती है और आपको जवाब पर पूरा भरोसा है; फिर एक शब्द 'जवाब' को लोरी की तरह दोहराते हुए सो जाएँ और बाक़ी का काम आपका अवचेतन कर देगा। आप यही प्रक्रिया जागते वक़्त भी कर सकते हैं, बशर्ते आप अपने मन को स्थिर कर लें और 23वें स्त्रोत पर मनन करें। फिर ईश्वरीय प्रज्ञा और अपने भीतर मौजूद ईश्वरीय बुद्धिमत्ता के बारे में सोचें। जवाब के बारे में सोचें। कुछ मिनट तक यह करें और फिर जाने दें। जवाब आपके पास शायद तब आएगा, जब आप किसी दूसरी चीज़ में व्यस्त होंगे।

7. यदि आप धार्मिक प्रवृत्ति के हैं और आध्यात्मिक विषयों का अध्ययन कर रहे हैं, तो आपका अवचेतन, जो आपकी रक्षा करना चाहता है, आपके सामने एक धार्मिक प्रतीक पेश कर सकता है, जिसका आपके लिए गहरा अर्थ होगा। एक यहूदी लड़की की शादी होने वाली थी, लेकिन उसे एक सपना बार-बार आया (हमेशा बहुत महत्त्वपूर्ण), जिसमें हर रात डेविड का तारा दिखता था। अंतर्बोध से वह इसका मतलब समझ गई और उसने प्रस्तावित विवाह को रद्द कर दिया। बाद की घटनाओं ने उसके सपने में मिले जवाब की सच्चाई की पुष्टि की।

8. एक पति ने हर जगह अपनी पत्नी की तलाश की, जो उसे छोड़कर चली गई थी। महिला ने मार्गदर्शन और दैवी सही क्रिया के लिए प्रार्थना की। महिला के पादरी ने प्रार्थना की कि उसके अवचेतन की ईश्वरीय प्रज्ञा उसका पता-ठिकाना उजागर करे, ताकि वह उसे पति द्वारा सौंपे गए 10,000 डॉलर दे सके। अवचेतन की बुद्धिमत्ता ने महिला को नींद में उसके पादरी की नाटकीय छवि दिखा दी। पादरी ने बाइबल का उद्धरण दिया और उसे पैसे के बारे में विस्तार से बताया और यह भी कि उसका पति प्रायश्चित करना चाहता है। उस महिला ने सपने का अनुसरण किया, पादरी के पास गई और पाया कि उसका सपना अक्षरश: सच था।

6

प्रभावी टेलीसाइकिक तकनीकें और प्रार्थना की प्रक्रियाएँ - वे आपके लिए कैसे काम करती हैं

शब्दकोश में प्रार्थना की कई परिभाषाएँ हैं :

1. ईश्वर के साथ या उसकी आराधना में किसी प्रकार का आध्यात्मिक समागम या भक्तिपूर्ण याचना।
2. ईश्वर या आराधना की वस्तु से प्रार्थना करने की क्रिया या परंपरा।
3. ईश्वर के साथ आध्यात्मिक समागम, जैसे अनुनय-विनय, धन्यवाद देने, इबादत या पाप-स्वीकृति में।
4. प्रार्थना में इस्तेमाल होने वाला कोई फ़ॉर्मूला या शब्दों की श्रंखला।
5. कोई धार्मिक संस्कार, या तो सार्वजनिक या निजी, जो पूरी तरह या मुख्यतः प्रार्थना से भरा हो।
6. याचना, फ़रियाद।

इस पुस्तक में आपको साफ़-साफ़ बता दूँ कि आप अपनी प्रार्थना का जवाब ख़ुद देते हैं। इसका कारण असाधारण रूप से आसान है: आपका चेतन जिसे भी सच मानता है और सच के रूप में स्वीकार करता है, आपका अवचेतन मन रूप, कार्य, अनुभव और घटनाओं में उसे सामने ले आएगा। आपका अवचेतन मन आपके विश्वास को स्वीकार करता है, चाहे यह सच हो या झूठ, क्योंकि यह सिर्फ़ निगमनात्मक तरीक़े से ही तर्क करता है। यदि आप इसे कोई झूठा सुझाव दे दें, तब भी यह आपके आधारवाक्य को सही मान लेगा और उसी के अनुसार परिणाम का नाटकीयकरण कर देगा।

आपका अवचेतन मन कैसे काम करता है

मान लें कि कोई मनोवैज्ञानिक या मनोविश्लेषक आपको सम्मोहित कर दे (उस अवस्था में आपका चेतन, तार्किक मन शिथिल हो जाता है और आपका अवचेतन सुझाव का अनुगामी होता है) और फिर आपको सुझाव दे कि आप अमेरिका के राष्ट्रपति हैं। आपका अवचेतन उस कथन को सच के रूप में स्वीकार कर लेगा। यह आपके चेतन मन की तरह तर्क नहीं करता है, चुनता नहीं है या भेद नहीं करता है। आप अपने आप वैसे ही महत्त्व और गरिमा को धारण कर लेंगे, जिसे आप राष्ट्रपति पद की वैध आवश्यकता मानते हैं।

यदि आपको पानी का गिलास दिया जाए और बताया जाए कि आप नशे में हैं, तो आप अपनी सर्वश्रेष्ठ योग्यता से शराबी की भूमिका निभाने लगेंगे। अगर आप मनोविश्लेषक को बताएँ कि आपको टिमोथी ग्रास से एलर्जी है और वह आपकी नाक के नीचे पानी का गिलास रखकर आपसे कहे कि यह टिमोथी ग्रास है, तो आपमें एलर्जी के सारे लक्षण उभर आएँगे और शारीरिक प्रतिक्रियाएँ वही होंगी, मानो पानी सचमुच टिमोथी ग्रास हो।

यदि आपको बताया जाए कि आप एक भिखारी हैं, एक बहुत ही दुर्भाग्यपूर्ण और मुश्किल स्थिति में हैं, तो आपका पूरा हुलिया तुरंत बदल जाएगा। आप एक विनम्र और कातर मुद्रा अपना लेंगे तथा आपके हाथ में एक काल्पनिक कटोरा होगा।

संक्षेप में, आपको यह यक़ीन दिलाया जा सकता है कि आप मूर्ति, कुत्ता, सिपाही या तैराक कुछ भी हैं। फिर आप उस सुझाई गई भूमिका के बारे में जितना जानते हैं, उसके अनुरूप उसे निभाने लगेंगे। याद रखने वाला एक और महत्त्वपूर्ण बिंदु यह है कि आपका अवचेतन मन हमेशा दो विचारों में से ज़्यादा प्रबल को ही स्वीकार करता है, यानी यह बिना सवाल किए आपके विश्वास को स्वीकार करता है, चाहे आपका आधार वाक्य सच हो या सरासर झूठ हो।

वैज्ञानिक चिंतक किसी दूरस्थ ईश्वर से भीख क्यों नहीं माँगता, विनती क्यों नहीं करता और याचना क्यों नहीं करता

आधुनिक, वैज्ञानिक, सीधी लकीर का चिंतक ईश्वर को अपने अवचेतन मन के भीतर मौजूद ईश्वरीय प्रज्ञा के रूप में देखता है। उसे इस बात की परवाह नहीं होती कि लोग इसे अतिचेतन, अचेतन, व्यक्तिपरक मस्तिष्क कहते हैं या वे इस परम प्रज्ञा को अल्लाह, ब्रह्मा, जेहोवा, वास्तविकता या परमात्मा या सर्वदृष्टा नेत्र कहते हैं।

ईश्वर की सारी शक्तियाँ आपके भीतर हैं। ईश्वर आत्मा है और आत्मा का कोई चेहरा,

रूप या आकृति नहीं होती। यह कालातीत, स्थानरहित और अमर है। यही आत्मा हर व्यक्ति में वास करती है।

हाँ, ईश्वर आपके विचार, आपकी भावना, आपकी कल्पना में है। दूसरे शब्दों में, आपका अदृश्य हिस्सा ईश्वर है। ईश्वर आपमें मौजूद जीवन सिद्धांत है: असीम प्रेम, पूर्ण सद्भाव, असीम प्रज्ञा। जान लें कि आप अपने विचार के ज़रिये इस अदृश्य शक्ति से संपर्क कर सकते हैं; प्रार्थना की पूरी प्रक्रिया से रहस्य, अंधविश्वास, शंका और आश्चर्य को हटा दें।

आपका शब्द आपका व्यक्त विचार है। आप इस अध्याय में जो पढ़ चुके हैं, उसके आधार पर हर विचार सृजनात्मक होता है और आपके विचार की प्रकृति के अनुसार आपके जीवन में प्रकट होता है। यह तर्कसंगत लगता है कि जब भी आप सृजनात्मक शक्ति को खोज लेते हैं, तो आप ईश्वर को खोज लेते हैं, क्योंकि केवल एक ही सृजनात्मक शक्ति है - दो नहीं, तीन नहीं या 1,000 भी नहीं, बस एक...

वैज्ञानिक चिंतक कभी याचना या विनती क्यों नहीं करता

जो सीधी लकीर का चिंतक अपने मन के नियम जानता है, उसे उस चीज़ के लिए भीख माँगना बकवास, मूर्खतापूर्ण और हास्यास्पद लगता है, जो पहले ही उसे दे दी गई है। दूसरे शब्दों में, अगर आप एस्ट्रोफ़िज़िक्स, रसायन शास्त्र, मानव संबंध, एकाकीपन, बीमारी, ग़रीबी या जंगल में खोने संबंधी समस्या का समाधान माँगते हैं, तो यह जान लें कि धरती की हर समस्या का जवाब पहले से ही मौजूद है और आपका इंतज़ार कर रहा है। इसका कारण यह है कि आपके अवचेतन की ईश्वरीय प्रज्ञा हर सवाल का जवाब जानती है, चाहे इसकी प्रकृति जो भी हो।

यह सहज बोध या प्राचीन सामान्य ज्ञान है। आपके अवचेतन में मौजूद ईश्वरीय प्रज्ञा सर्व-बुद्धिमान है, सब कुछ जानती है और इसने सृष्टि व इसकी सारी चीज़ें बनाई हैं। सारी चीज़ें बनाने के बाद, जिसमें सृष्टि के सारे लोग और असंख्य आकाशगंगाएँ शामिल हैं, किसी भी सोचने वाले व्यक्ति को इस निष्कर्ष पर क्यों पहुँचना चाहिए कि उसके अवचेतन के भीतर की परम प्रज्ञा जवाब नहीं जानती है? दरअसल, आपके अवचेतन की बुद्धिमत्ता केवल जवाब जानती है, क्योंकि इसे कोई समस्या नहीं होती। पल भर के लिए सोचें: अगर ईश्वरीय प्रज्ञा को कोई समस्या होगी, तो इसे कौन सुलझाएगा?

मुझे मेरे रक्षक देवदूत ने बचाया

जब मैं बहुत छोटा था, तो मेरी माँ ने मुझे बताया था कि मेरा एक ख़ास रक्षक देवदूत है, जो

हमेशा मेरी रक्षा करेगा। जब भी मैं मुश्किल में रहूँगा, देवदूत मुझे बचाने आ जाएगा। सभी बच्चों की तरह मेरा मन भी कोमल था और मैंने अपने माता-पिता के विश्वास को स्वीकार कर लिया।

एक बार दूसरे लड़कों के साथ मैं जंगल में पूरी तरह भटक गया। मैंने लड़कों से कहा कि मेरा रक्षक देवदूत हमें बाहर निकालेगा और बचाएगा। कुछ लड़के हँसे और उन्होंने इस विचार का मखौल उड़ाया। बाक़ी लड़के मेरे साथ आ गए और मुझमें एक निश्चित दिशा में जाने की आंतरिक भावना, एक तरह की प्रबल अनुभूति आई। उस दिशा में जाने पर हमें अंततः एक शिकारी मिला, जो हमारे साथ दयालुता से पेश आया और जिसने हमें बचा लिया। दूसरे लड़के, जिन्होंने हमारे साथ आने से इन्कार किया था, कभी नहीं मिल पाए।

किसी की रक्षा करने वाला कोई पंखों वाला रक्षक देवदूत नहीं होता। रक्षक देवदूत में मेरे अंधविश्वास की वजह से मेरे अवचेतन मन ने अपने तरीक़े से प्रतिक्रिया की और मुझे एक ख़ास दिशा में जाने की प्रेरणा दी। मेरा ज़्यादा गहरा मन यह भी जानता था कि शिकारी कहाँ था और उसने उसी अनुसार हमें निर्देशित किया। आपके भीतर ईश्वरीय प्रज्ञा आपके आह्वान की प्रकृति पर प्रतिक्रिया करती है।

अगर हम जंगल में भटक जाते हैं और हमारे पास कम्पास न हो और हमें ज़रा भी पता न हो कि ध्रुव तारा कहाँ है, दूसरे शब्दों में आपको दिशा का कोई अहसास न हो, तो याद रखें कि आपके अवचेतन के भीतर की सृजनात्मक प्रज्ञा ने सृष्टि को और उसकी सारी चीज़ों को बनाया था। निश्चित रूप से इसे आपको मुसीबत से बाहर निकालने के लिए किसी कम्पास की ज़रूरत नहीं है। अगर आप अपने भीतर की बुद्धिमत्ता को नहीं पहचानते हैं, तो यह तो वैसा ही होगा, जैसे यह मौजूद ही न हो।

मान लें, आप किसी आदिमानव को अपने घर में लाते हैं, जिसने कभी नल या बिजली का स्विच न देखा हो। आप उसे अपने घर में एक सप्ताह तक छोड़कर चले जाते हैं। वह प्यास से मर जाएगा और अँधेरे में ही रहेगा, हालाँकि सारे समय पानी और प्रकाश उपलब्ध था। संसार के करोड़ों लोग इसी आदिमानव जैसे हैं। वे यह नहीं देख पाते हैं कि चाहे वे कुछ भी चाहें, चाहे समस्या कोई भी हो, जवाब उनका इंतज़ार कर रहा है। इसे पाने के लिए उन्हें बस इतना करना है कि वे विश्वास और आस्था के साथ अपने व्यक्तिपरक मन की बुद्धिमत्ता का आह्वान करें। इसके बाद जवाब आपके भीतर की गहराइयों से अपने आप उभरकर ऊपर आ जाएँगे।

वैज्ञानिक प्रार्थना की समृद्धि और पुरस्कारदायक अनुभवों का आनंद लें

‘प्रार्थना’ शब्द के इतने सारे अर्थ और इतना लंबा इतिहास रहा है कि इस पुस्तक में मैं प्रार्थना और प्रार्थना चिकित्सा की प्रक्रिया को सबसे सरल शब्दावली में समझाने की कोशिश कर रहा हूँ।

मैंने संसार के अलग-अलग हिस्सों में कई लोगों से बात की है, जिनके भीतर पुराने विचार निश्चित रूप से पपड़ी की तरह जमे हुए हैं, जिन्हें हाई स्कूल का कोई भी आधुनिक लड़का सच नहीं मान सकता। साथ ही उनके पुराने रीति-रिवाज़ और रस्में होती हैं, जिनमें कोई भी बुद्धिमान पुरुष या महिला यक़ीन नहीं कर सकती। उन ज़बर्दस्त लाभों और नियामतों से ख़ुद को वंचित न रखें, जो असली प्रार्थना के ज़रिये आप तक आ सकती हैं - सिर्फ़ उन अवधारणाओं और पूर्वाग्रहों की वजह से, जो आपने बचपन में इकट्ठी किए थे और बरसों से पाल रखे हैं।

किस तरह एक युवक पायलट बन गया

नीचे एक युवक के पत्र के अंश दिए जा रहे हैं, जिसने मुझे बताया कि संभावनाएँ उसके ख़िलाफ़ थीं। उसने मुझसे इस पुस्तक में यह पत्र शामिल करने को कहा, ताकि इससे दूसरों को मदद मिल सके। यहाँ उसके ख़ुद के शब्द हैं। मुझे यक़ीन है कि ये जागरूक पाठक को पूरी तरह सही लगेंगे।

> यह अनुभव मेरे साथ हुआ है। शायद आप दूसरों की मदद करने के लिए इस सबको या इसके अंश का इस्तेमाल कर सकते हैं।
>
> मैं हमेशा एयरलाइन पायलट बनना चाहता था। बरसों पहले मैं मस्तिष्क के नियमों का इस्तेमाल करता था, ताकि समय और पैसा आ जाए, जिससे मैं पर्याप्त प्रशिक्षित हो जाऊँ और मुझे एयरलाइन पायलट बनने के लिए पर्याप्त अनुभव और लाइसेंस मिल जाए। जब मैं यह काम करने के लिए तैयार हुआ, तो हमारा देश मंदी के शिकंजे में आ गया। सभी एयरलाइनों ने बहुत से पायलटों की छँटनी कर दी। मैं सत्य के अपने दैनिक इस्तेमाल से दूर भटक गया। जब हमारी एयरलाइन ने पायलटों को दोबारा बुलाया और नए पायलटों की तलाश शुरू की, तो मैंने ख़ुद को गड़बड़ स्थिति में पाया।
>
> 10 पदों के लिए 2,500 आवेदक थे, जिनमें से 90 प्रतिशत के पास मुझसे ज़्यादा अनुभव था। एक रविवार आपने कहा था, ‘आपको एक निर्णय पर पहुँचना चाहिए और उसका दावा करना चाहिए, जिस पर आप यक़ीन करना चाहते हैं।’
>
> मैं कल्पना करता था कि मैं पायलट की युनिफ़ॉर्म पहनकर ऑफ़िस जा रहा हूँ। मैं कल्पना कर रहा था कि मैं विमान चलाने के लिए यात्रा कर रहा था या आवश्यक कक्षाओं में जा रहा था। मुझे महसूस हुआ जैसे कि इन जगहों पर मेरी उम्मीद की जा

रही थी और मैं देर से पहुँचना गवारा नहीं कर सकता था। दरवाज़ा मेरे लिए बंद नहीं हुआ था। मुझसे इसके भीतर क़दम रखने की उम्मीद की जाती थी, जहाँ वे मेरा इंतज़ार कर रहे थे।

तीन महीने तक कल्पना करने और इसकी वास्तविकता को महसूस करने के बाद कार्मिक मैनेजर ने मुझे फ़ोन करके कहा कि वे मेरा इंटरव्यू लेना चाहते हैं। क्लास पूरी भरी थी, लेकिन क्लास शुरू होने से एक दिन पहले एक व्यक्ति छोड़कर चला गया था। मेरा क़ागज़ी काम तेज़ी से किया गया और मुझे शामिल करने के लिए कर्मचारियों को समय के बाद भी रोका गया। उन्होंने कहा कि मैं उनकी समस्या का आदर्श जवाब था और वे मेरे प्रति कृतज्ञ थे। ऊपर बताई गई छह नौकरियाँ भाई-भतीजावाद के लिए तय थीं।

लगभग 21 वर्ष के इस युवक को अहसास है कि जिस भी विचार का वह दावा करता है और सच महसूस करता है, उसकी छाप उसके अवचेतन पर छोड़ दी जाएगी और यह साकार होगा। यही असली प्रार्थना है।

आकाश में ईश्वर से भीख न माँगें

सीधी लकीर का चिंतक जानता है कि ईश्वर या उसके अवचेतन मन की सृजनात्मक प्रज्ञा उसके व्यक्तिगत विश्वास या मान्यता के अनुरूप प्रतिक्रिया करेगी। वह जानता है कि पूरी सृष्टि की कार्यविधि को संचालित करने वाले नियम हैं और जैसा एमर्सन कहते हैं, 'कोई भी चीज़ संयोग से नहीं होती। हर चीज़ पीछे से धकेली जाती है।' यानी अगर आपकी प्रार्थना का जवाब मिलता है, तो इसका जवाब आपके ही मन के नियमों के अनुसार मिलेगा, चाहे आप इस बारे में जागरूक हों या न हों।

आपके भीतर की जीवंत आत्मा किसी पर अहसान करने के लिए जीवन के नियमों को शिथिल नहीं करती है। यह किसी की धार्मिक संबद्धताओं या संत जैसे चरित्र की ख़ातिर नियमों को शिथिल नहीं करते हैं। जीवन के नियम अलग-अलग लोगों के लिए अलग-अलग नहीं होते। यह पक्षपात करने वाला नियम नहीं है, क्योंकि ईश्वर लोगों में भेदभाव नहीं करता है... (ईश्वर के लिए सभी समान हैं।) आपके सामने एक सर्वव्यापी नियम है, जो आपके विचारों और विश्वासों की छाप लेता है और उसी अनुसार काम करता है; अगर आप अपने ज़्यादा गहरे मन पर नकारात्मक छाप डालते हैं, तो आपको नकारात्मक परिणाम मिलेंगे। अगर आप अपने अवचेतन पर सृजनात्मक छाप डालते हैं, तो आपको सृजनात्मक परिणाम मिलेंगे।

केवल एक ही शक्ति है

आप जो सबसे महत्त्वपूर्ण सत्य सीख सकते हैं, वह यह है कि केवल एक ही शक्ति है। यह शक्ति सर्वत्र उपस्थित है। इसलिए यह आपके भीतर - आपके जीवन में भी होनी चाहिए। जब आप इस शक्ति का इस्तेमाल सृजनात्मक और सौहार्दपूर्ण तरीक़े से तथा इसकी आंतरिक प्रकृति के अनुसार करते हैं, तो लोग इसे ईश्वर या नेकी कहते हैं। जब आप अपने भीतर की इस शक्ति का इस्तेमाल नकारात्मक और विनाशकारी तरीक़े से करते हैं, तो लोग इसे शैतान, बुराई, नरक, दुर्भाग्य आदि नामों से पुकारते हैं। अपने साथ ईमानदार रहें और ख़ुद से यह सरल सवाल पूछें: 'मैं अपने भीतर की शक्ति का कैसा इस्तेमाल कर रहा हूँ?' अपनी समस्या का जवाब ठीक वहीं होगा। यह इतना ही आसान है।

प्रार्थना करने के कई तरीक़े हैं

अगर कोई मुझसे पूछे कि मैं कैसे प्रार्थना करता हूँ, तो मैं यह जवाब दूँगा कि मेरे लिए प्रार्थना का अर्थ शाश्वत सत्यों या सर्वोच्च संभव दृष्टिकोण से ईश्वर के सत्यों का मनन है। ये सत्य कभी नहीं बदलते हैं; वे कल भी वही थे, आज भी वही हैं और हमेशा वही रहेंगे।

एक नाविक ने कैसे प्रार्थना की और वह बच गया

पिछले साल मैंने अलास्का में समुद्र-पर-सेमिनार आयोजित किया। एक जहाजी ने बातों-बातों में मुझे बताया कि पिछले युद्ध में उसका जहाज़ गोलाबारी में तबाह हो गया था और उसे छोड़कर बाक़ी सभी लोग लापता थे। उसने ख़ुद को समुद्र में एक तख़्ते पर पाया, जहाँ वह केवल ईश्वर के बारे में ही सोच सकता था। उसे अपने मन के नियमों का कोई ज्ञान नहीं था, लेकिन इस बेहद ख़तरनाक परिस्थिति में वह ख़ुद से बार-बार कहता रहा, 'ईश्वर मुझे बचा रहा है,' और फिर वह बेहोश हो गया। जब वह जागा, तो उसने ख़ुद को एक ब्रिटिश नाव पर पाया, जिसके कप्तान ने उसे बताया कि उसे जहाज़ की दिशा बदलने की एक प्रबल प्रेरणा हुई थी। इस जहाज़ी को निगरानी करने वाले अफ़सर ने देखा था।

जहाजी ने ऊपर आसमान में बैठे ईश्वर से प्रार्थना की थी; उसे यक़ीन था कि वह ईश्वर ऊपर कहीं पर है - एक तरह का आदिम व्यक्ति - जो उसकी प्रार्थनाओं और आग्रह को सुन सकता है। उसके मन में एक तरह का अंधविश्वास था और वह पूरे दिल से ईश्वर पर विश्वास करता था। बेशक, उसका सरल या अंधा विश्वास उसके अवचेतन मन में भर गया, जिसने उसके विश्वास पर प्रतिक्रिया की और उसे बचा लिया।

मानसिक और आध्यात्मिक नियमों के दृष्टिकोण से इसे देखें, तो उसके अवचेतन मन की बुद्धिमत्ता जानती थी कि सबसे क़रीबी जहाज़ कहाँ था और इसने कप्तान के मन पर कार्य किया, उसे दिशा बदलने पर मजबूर किया, जिससे नाविक की जान बच गई।

आपके अवचेतन मन में कोई समय या स्थान का भेद नहीं होता है; यह सारी बुद्धिमत्ता, सारी शक्ति के साथ सह-व्याप्त है। दरअसल, ईश्वर के सारे गुण, लक्षण और शक्तियाँ आपकी व्यक्तिपरक गहराइयों में मौजूद हैं। आप इसे आंतरिक बुद्धिमत्ता, शाश्वत मन, जीवन सिद्धांत, अचेतन मन या अति-चेतन मन भी कह सकते हैं। दरअसल यह अनाम है। आपको तो बस इतना जानने की ज़रूरत है कि आपके भीतर एक बुद्धि और ईश्वरीय प्रज्ञा है, जो आपकी बुद्धि और अहं या आपकी पाँच इंद्रियों के पार जाती है। यह हमेशा आपकी मान्यता, आस्था और आशा पर प्रतिक्रिया करती है। जहाजी ने संकट काल में अपना पूरा विश्वास ईश्वर में रख दिया और यक़ीन किया कि किसी तरह उसे बचा लिया जाएगा। यह विश्वास उसके अवचेतन में भर गया, जिसने उसके विश्वास के अनुरूप प्रतिक्रिया की।

याचना की प्रार्थना आम तौर पर क्यों ग़लत होती है

यह एक कारण से ग़लत है।

> वे मुझे पुकारें, इससे पहले मैं जवाब दूँगा; और जब वे बोल रहे होंगे, तो मैं सुनूँगा।
>
> - इसाइया 65:24।

आप चाहे जो खोजते हों, यह पहले से ही मौजूद है, क्योंकि सारी चीज़ें आपके भीतर के ईश्वर में वास करती हैं। बाहर निकलने का रास्ता, जवाब, उपचारक उपस्थिति, प्रेम, शांति, सद्भाव, ख़ुशी, बुद्धिमत्ता, शक्ति ये सारी और इससे भी ज़्यादा चीज़ें इसी समय अस्तित्व में हैं और आपके आह्वान करने तथा पहचानने का इंतज़ार कर रही हैं।

शांति अभी है। प्रेम अभी है। ख़ुशी अभी है। सद्भाव अभी है। दौलत अभी है। मार्गदर्शन अभी है। सही कर्म अभी है। उपचारक उपस्थिति अभी है। साथ ही इस धरती की किसी भी समस्या का समाधान अभी है। आपके भीतर के ईश्वरीय मस्तिष्क के सृजनात्मक विचार अनगिनत और असंख्य हैं। आपको तो बस दावा करना है, महसूस करना है, जानना है और विश्वास करना है कि जवाब इसी समय आपके पास आ चुका है। समाधान आ जाएगा।

सारी चीज़ें ईश्वरीय मस्तिष्क में विचारों, छवियों, आदर्शों या आपके मस्तिष्क में मानसिक साँचे के रूप में वास करती हैं और जब आप अपनी मनचाही चीज़ के साथ

तादात्म्य कर लेते हैं और साहस के साथ उस पर दावा करते हैं, तो आपको जवाब मिल जाएगा। यह वैज्ञानिक प्रार्थना है। जब आप भीख माँगते हैं और याचना करते हैं, तो आप यह मानकर चल रहे हैं कि आपकी मनचाही चीज़ इस वक़्त आपके पास नहीं है। अभाव का यह अहसास ही अधिक नुक़सान, अभाव और सीमा को आकर्षित करता है।

जिस ईश्वर से आप गिड़गिड़ाकर याचना कर रहे हैं, उसने पहले ही आपको हर चीज़ दे दी है। आप यहाँ अपने विचार या इच्छा की वास्तविकता पर मनन करने और पाने के लिए हैं। ख़ुश हों और धन्यवाद दें, यह जानते हुए कि जब आप अपनी इच्छा, विचार, योजना या उद्देश्य की वास्तविकता पर मनन करते हैं, तो आपका अवचेतन इसे साकार कर देगा। अच्छे प्राप्तकर्ता बनें। ईश्वर के उपहार आपको समय की शुरुआत से दिए गए हैं। आपको अपनी भलाई को इसी समय स्वीकार करना चाहिए। इसका इंतज़ार क्यों करें? आपको जिन चीज़ों की ज़रूरत है, वे सभी इसी समय मौजूद हैं।

सभी चीज़ें ईश्वर में विचारों के रूप में रहती हैं और सृष्टि में हर चीज़ के पीछे एक मानसिक तंत्र रहता है। मान लें कि कोई विभीषिका संसार के सारे इंजनों को नष्ट कर दे, तो क्या होगा। इंजीनियर करोड़ों की तादाद में असेम्बली लाइन से उन्हें बना लेंगे। इसका कारण यह है कि आप इस संसार में जो भी चीज़ देखते हैं, वह या तो मनुष्य के दिमाग़ से आई है या ईश्वर के दिमाग़ से। आपके मन में आने वाला विचार, इच्छा, आविष्कार या नाटक आपके हाथ या हृदय जितना ही वास्तविक है। इसे आस्था और विश्वास के साथ पोषण देंगे, तो यह संसार के पर्दे पर वस्तु का रूप ले लेगा।

ईश्वर का निवास कहाँ है?

ईश्वर आत्मा है। आत्मा सर्वत्र मौजूद है; यह आपके भीतर भी है और पूरी सृष्टि में भी है।

> देखो, मैं दरवाज़े पर खड़ा होता हूँ और खटखटाता हूँ: यदि कोई मनुष्य मेरी आवाज़ सुन लेता है और दरवाज़ा खोल देता है, तो मैं अंदर उसके पास आ जाऊँगा और उसके साथ भोजन करूँगा और वह मेरे साथ करेगा।
>
> - रेवेलेशन 3:20

यह कथन प्रार्थना में अंतरंगता को बताता है, जहाँ आप दरअसल अपने ही ज़्यादा ऊँचे स्व के साथ संवाद करते हैं। आप किसी दूर के देवता से याचना नहीं कर रहे हैं, जो आपकी प्रार्थना का जवाब दे भी सकता है या नहीं भी दे सकता। आप जानते हैं कि आपकी प्रार्थना का पहले ही जवाब मिल गया है, लेकिन आपको इसे पहचानना होगा, संपर्क करना होगा, पूरी तरह स्वीकार करना होगा और फिर आपको प्रतिक्रिया मिलेगी।

आपके अवचेतन की सर्वोच्च प्रज्ञा या जीवन सिद्धांत आपके हृदय के दरवाज़े पर हमेशा खटखटा रहा है। मिसाल के तौर पर, यदि आप बीमार हो जाते हैं, तो जीवन सिद्धांत आपसे स्वस्थ होने का आग्रह करेगा। यह हमेशा आपसे कहता है, 'ज़्यादा ऊँचे उठो; मुझे तुम्हारी ज़रूरत है।' अपने हृदय का द्वार खोल दें और साहस के साथ घोषणा करें :

> मैं जानता हूँ और यक़ीन करता हूँ कि मुझे बनाने वाली ईश्वरीय उपचारक उपस्थिति मेरा उपचार कर सकती है। मैं अभी पूर्णता, जीवंतता और आदर्श का दावा करता हूँ। मेरे अवचेतन में ईश्वरीय प्रज्ञा मेरे हृदय का द्वार खटखटा रही है और मुझे याद दिला रही है कि जवाब और बाहर निकलने का तरीक़ा मेरे भीतर हैं। मेरा मन ईश्वरीय बुद्धिमत्ता के प्रति खुला और ग्रहणशील है। मैं उस समाधान के लिए धन्यवाद देता हूँ, जो मेरे चेतन, तार्किक मन में स्पष्टता से आता है।

ईश्वर वह शाश्वत बुद्धिमत्ता और शक्ति है, जो सभी लोगों के लिए उपलब्ध है, चाहे उनका रंग या धर्म कोई भी हो। ईश्वर नास्तिक या संदेहवादी को भी उतना ही अच्छा फल देगा, जितना कि संत या पवित्र व्यक्ति को देता है; इकलौती शर्त विश्वास है।

क्या ईश्वर कोई व्यक्ति है या ईश्वर एक सिद्धांत है?

ईश्वर को आदिकालीन व्यक्ति के रूप में सोचना या महिमामंडित व्यक्ति मानना, जिसमें मनुष्य की सारी झक, असामान्यताएँ और विचित्रताएँ हों - विक्षिप्त बुद्धिमंदता है और सरासर विवेकशून्यता है। ईश्वर इस अर्थ में आपके लिए व्यक्ति है: आप इसी पल प्रेम, शांति, सद्भाव, ख़ुशी, सौंदर्य, बुद्धिमत्ता, शक्ति और मार्गदर्शन पर मनन कर सकते हैं। जैसे ही आप इन गुणों को व्यक्त करना शुरू करेंगे, आप ईश्वर के गुणों को व्यक्तिगत बना लेते हैं, क्योंकि आप जिस पर मनन करते हैं, वही बन जाते हैं। ईश्वर असीम प्रेम, पूर्ण सद्भाव, परम आनंद, असीम बुद्धिमत्ता, सर्वोच्च प्रज्ञा और अनंत जीवन है, जो सर्वव्यापी और सर्वशक्तिमान है। ईश्वर नियम भी है, क्योंकि यह पूरी सृष्टि नियम और व्यवस्था पर चलती है।

व्यक्तित्व के सभी तत्व आपके भीतर के ईश्वरीय अस्तित्व में हैं और जब आप अपने भीतर ईश्वर के गुणों पर मनन करते हैं, तो आप एक अद्भुत और शक्तिशाली ईश्वर-सदृश व्यक्तित्व विकसित करेंगे। उसी समय आप ईश्वर या अपने ख़ुद के अवचेतन के नियम को संचालित कर रहे हैं, क्योंकि आप जिस पर भी दावा करते हैं, ग्रहण या मनन करते हैं, उसकी छाप आपके अवचेतन मन पर छूट जाती है, जिसके बाद आपका अवचेतन उसे प्रकट कर देता है, जिसकी भी छाप इस पर छोड़ी जाती है। आप नियम का इस्तेमाल किए बिना एक अद्भुत व्यक्तित्व विकसित नहीं कर सकते, क्योंकि नियम यह है कि आपका विचार और

भावना आपकी तक़दीर उत्पन्न करती हैं - जिस पर आप मनन करते हैं, आप वही बन जाते हैं।

कुल मिलाकर कहें, तो ईश्वर ही है जो है; यह सब कुछ है। गोल-मोल बातें बंद करें। यह अहसास करें कि ईश्वर असीम व्यक्तित्व और नियम है।

कई लोग मुझसे कमोबेश कहते हैं, 'मैं किसी सिद्धांत से प्रार्थना नहीं कर सकता।' वे चाहते हैं कि आसमान में एक बूढ़ा आदमी हो, जो उन्हें इंसानी पिता की तरह तसल्ली दे, क्षमा करे और रक्षा करे। यह नज़रिया बेहद आदिकालीन और बचकाना है। याद रखें, आपके भीतर की ईश्वरीय प्रज्ञा प्रतिक्रियाशील है। जब आप विश्वास के साथ इसका आह्वान करते हैं, तो यह आपके आदर्श की अभिव्यक्ति बन जाती है।

आप अपने मन के नियम का इस्तेमाल किए बिना चुंबकीय या अद्भुत आध्यात्मिक व्यक्तित्व विकसित ही नहीं कर सकते। आप जो बनना चाहते हैं, करना चाहते हैं या पाना चाहते हैं, आपको उस हर चीज़ का मानसिक समतुल्य स्थापित करना होगा। कायाकल्प की उम्मीद में किसी दूरस्थ देवता के प्रति भावनात्मक उत्कटता या पवित्र भावुकता वास्तव में विक्षिप्तता और दुविधा की ओर ही ले जाती है।

> प्रेम ही नियम की पूर्णता है।
>
> - रोमन्स 13:10

ईश्वर आपके लिए बहुत व्यक्तिगत बन जाएगा, जब आप नियमित रूप से और सुनियोजित रूप से अपनी आत्मा को प्रेम और ख़ुशी, शांति और सद्भाव से भरेंगे; और इन गुणों को ग्रहण करने के बाद आप उन्हें व्यक्त करेंगे। ईश्वर प्रेम है और सबसे अच्छी चीज़ जो आप कर सकते हैं, वह यह है कि जो आपको पहले ही दिया जा चुका है, उसके लिए भीख माँगना, याचना करना और प्रार्थना करना छोड़ दें।

कई लोग सकारात्मक प्रार्थना करते हैं

आज अमेरिका में करोड़ों लोग इस नीति का अनुसरण करते हैं। ये लोग ईश्वर से किसी चीज़ की भीख नहीं माँगते हैं, बल्कि इसके बजाय वे महान सत्यों को याद करते हैं, जो कभी असफल नहीं होते, जैसे

> ईश्वर मेरा चरवाहा है; मुझे कमी नहीं होगी।

उनके लिए इसका मतलब यह है कि लोगों को इस तथ्य के प्रमाण की कभी कमी नहीं होगी कि उन्होंने अपने मार्गदर्शन के लिए, रक्षा के लिए, पोषण के लिए और शक्ति के लिए ईश्वर

या ईश्वरीय शक्ति को चुना है, क्योंकि वे जानते हैं कि ‘चरवाहा’ शब्द का मतलब है ईश्वर के प्रेम और मार्गदर्शन पर गहरा विश्वास, जो उन्हें हरे चरागाहों (समृद्धि) और शांत पानी (शांत मस्तिष्क) की ओर ले जाएगा। यह प्रार्थना है।

आह्वान की प्रार्थना

जब आप विश्वासपूर्वक ईश्वर की नियामतों, रक्षा और मार्गदर्शन का आह्वान करते हैं, तो जवाब मिल जाएगा। सेंट ऑगस्टिन के हिप्पो शहर के दरवाज़े पर जब शत्रु दस्तक दे रहा था, जिसके वे बिशप थे, तो उन्होंने आह्वान की इस प्रार्थना में आराम, राहत और संरक्षण पाया, जो उनके दिल से निकली थी :

> मेरी आत्मा को पंखों की छाया के नीचे सांसारिक विचारों की भीड़ भरी उथलपुथल से आश्रय लेने दें; मेरे दिल को, बेचैन लहरों के इस समुद्र को, आपमें शांति पाने दें, हे ईश्वर।

इस प्रार्थना के बाद वे सो गए और उन्हें अपनी आत्मा के लिए विश्राम मिल गया।

स्मरणीय बिंदु...

1. हर व्यक्ति अपनी प्रार्थना को सफल बनाता है, चाहे वह इस बारे में जागरूक हो या न हो। कोई व्यक्ति अपने चेतन मन में जिसे भी सच मानकर विश्वास करता है, उसे उसका अवचेतन स्वीकार कर लेता है, चाहे उसका विश्वास सच हो या झूठ। मिसाल के तौर पर, अगर उसके मन में यह विश्वास या मान्यता है कि वह परीक्षा में असफल हो जाएगा, तो उसके अवचेतन के पास उसे असफल कराने के अलावा दूसरा कोई विकल्प नहीं होगा, भले ही वह सफल होने की कितनी भी कड़ी कोशिश कर ले।

2. जब सम्मोहन में आपका चेतन मन सोया हुआ और शिथिल होता है, तो आपका अवचेतन सम्मोहक व्यक्ति के सुझाव का पालन करता है। चाहे सुझाव कितना भी अजीबोगरीब या झूठा क्यों न हो, आपका अवचेतन इसका यथासंभव अधिकतम नाटकीयकरण करेगा, ताकि यह सुझाव की प्रकृति के अनुरूप हो जाए। आपका अवचेतन एकांगी मन है और यह आपके चेतन मन की तरह तर्क नहीं करता है, तौलता नहीं है, जाँच नहीं करता है और भेद नहीं करता है। आपका अवचेतन केवल निगमनात्मक तरीक़े से तर्क करता है। इसका मतलब है कि अगर आपका चेतन मन इसे एक झूठा आधारवाक्य दे देता है, तो यह आश्चर्यजनक सूझबूझ और बुद्धिमत्ता के

साथ सुझाव की प्रकृति के अनुरूप प्रतिक्रिया का नाटकीयकरण कर देगा। इसलिए अपने अवचेतन को उन्हीं आधारवाक्यों से पोषण दें, जो सच्चे हैं, प्रिय हैं, उदात्त हैं और ईश्वर-सदृश हैं।

3. ईश्वर रचयिता या आपके अवचेतन में असीम प्रज्ञा है, जो आपके विश्वास के अनुरूप प्रतिक्रिया करती है, क्योंकि प्रतिक्रियाशीलता ही असीम प्रज्ञा की प्रकृति है। जिस भी विचार को आप भावनामय करते हैं और सच महसूस करते हैं, उसकी छाप आपके अवचेतन पर छूट जाती है और जो भी (अच्छी या बुरी) छाप छूटती है, वह व्यक्त होती है। इसीलिए हर व्यक्ति अपनी प्रार्थना का जवाब ख़ुद देता है यानी वही उन्हें सफल या असफल बनाता है। बीमारी या समस्याओं से संबंधित नकारात्मक विश्वास अवचेतन की इसी अनुरूप प्रतिक्रियाओं को उत्पन्न करते हैं। इस तरह से प्रार्थना का जवाब मिलता है। दरअसल, सारी प्रार्थनाओं का जवाब मिलता है और ऐसी कोई प्रार्थना नहीं होती, जिसका जवाब न मिलता हो।

   और सारी चीज़ें, जो भी आप विश्वास के साथ प्रार्थना में माँगेंगे, आपको मिल जाएँगी।

   - मैथ्यू 21:22

4. किसी भी सवाल का जवाब आपके पूछने से पहले ही आपके भीतर मौजूद है। आपको तो बस यह पहचानना ज़रूरी है कि आप जो कुछ चाहते हैं, यह ईश्वरीय उपस्थिति और आपके अवचेतन की शक्ति के भीतर है। जब आप समाधान का दावा करें, तो जवाब की अपेक्षा रखें। आपकी आस्था के अनुरूप ही आपको मिलेगा।

   आपके ज़्यादा गहरे मन के भीतर की असीमित उपस्थिति और शक्ति, जिसने सृष्टि और सारी चीज़ें बनाई थीं, सब कुछ जानती है, सब कुछ देखती है और उपलब्धि का ज्ञान रखती है। भीख माँगना और याचना करना यह मानकर चलना है कि आपके पास यह नहीं है। इस तरह से आप अभाव और सीमा को प्रमाणित कर रहे हैं। ऐसा करने पर आप ज़्यादा दुख और क्षति को अवश्यंभावी रूप से आकर्षित करेंगे, क्योंकि आप जिस पर भी ध्यान देते हैं, आपका मस्तिष्क उसे बढ़ा देता है। विचार, इच्छा, मानसिक चित्र, आविष्कार, नाटक, पुस्तक, चाहे आपके दिमाग़ में जो भी वास्तविकता हो, उतना ही वास्तविक है, जितना कि आपका हाथ या हृदय। अपनी इच्छा को आस्था और उम्मीद से पोषण दें।

5. अगर आपका किसी संरक्षक देवदूत में अंधविश्वास है, तो आपका अवचेतन मन किसी आंतरिक आवाज़ या आवेग के साथ प्रतिक्रिया करेगा, जैसे किसी निश्चित दिशा में जाने की एक आंतरिक भावना, एक तरह की शक्तिशाली अनुभूति जिसे आत्मा का आंतरिक मौन ज्ञान कहा जाता है। देवदूत वह विचार है, जो आपके ज़्यादा गहरे मन

से उत्पन्न होता है और आपकी समस्याओं को सुलझा देता है। चाहे आपके विश्वास का आधार सच हो या झूठ, आपका अवचेतन चेतन मन के विश्वास के अनुरूप ही प्रतिक्रिया करेगा।

6. यदि आप अपनी व्यक्तिपरक गहराइयों के भीतर बुद्धिमत्ता, शक्ति या ज्ञान को नहीं पहचान पाते हैं, तो यह तो वैसा ही है, जैसे यह हो ही नहीं।

7. बहुत कम अनुभव वाले एक युवक ने पायलट के पद के लिए 2,500 आवेदकों से प्रतिस्पर्धा की, जो उससे ज़्यादा ज्ञानी थे। उसने पायलट के रूप में अपना चित्र देखा और कल्पना की कि वह पायलट की युनिफ़ॉर्म तथा फीते लगाए है। उसने विमान उड़ाते हुए अपनी तस्वीर देखी। उसने यह स्पष्ट तस्वीर क़ायम रखी, ताकि उसका अवचेतन उसकी मानसिक तस्वीर को स्वीकार कर ले और बहुत कम संभावना के बावजूद दस पदों में से एक शीर्षस्थ पद के लिए उसे चुन लिया गया। यह युवक अपने अवचेतन मन की कार्यविधि को जानता था।

8. ईश्वर के लिए सभी समान हैं। आपके मस्तिष्क और सृष्टि के नियम स्थिर तथा अभिन्न हैं। यह सोचना मूर्खतापूर्ण, बचकाना और बकवास है कि आसमान में किसी ईश्वर से भीख माँगकर या याचना करके आपके मस्तिष्क या सृष्टि के नियम आपके मामले में शिथिल कर दिए जाएँगे। एक बार फिर, मैं इस बात पर ज़ोर देना चाहूँगा कि आप अपनी प्रार्थना का जवाब ख़ुद देते हैं। आपका अवचेतन आपके विचार की छाप को उजागर करता है और इस पर छोड़ी गई छाप की प्रकृति के अनुरूप प्रतिक्रिया करता है।

9. सृष्टि में केवल एक ही शक्ति है - दो नहीं, तीन नहीं, 100 नहीं, सिर्फ़ एक। जब आप इस शक्ति का सृजनात्मक इस्तेमाल करते हैं, तो लोग इसे ईश्वर कहते हैं। जब आप इसका इस्तेमाल नकारात्मक तरीक़े से, अज्ञानवश या विध्वंसक तरीक़े से करते हैं, तो लोग इसे शैतान, बुराई, नरक आदि कहते हैं।

10. लोग कई तरीक़ों से प्रार्थना करते हैं। मैं सर्वोच्च दृष्टिकोण से ईश्वर के सत्यों पर मनन को प्रार्थना मानता हूँ। जब आप अपने मस्तिष्क को ईश्वर के सत्यों से भर लेते हैं, जो कभी नहीं बदलते, तो आप अपने अवचेतन में सभी नकारात्मक साँचों को उदासीन कर देते हैं और मिटा देते हैं। आप जिस पर भी मनन करते हैं, वही बन जाते हैं। आप चेतन रूप से जिस भी चीज़ के सच होने का दावा करते हैं और सच महसूस करते हैं, उसे आपका अवचेतन नाटकीकृत कर देगा और संसार के पर्दे पर प्रक्षेपित कर देगा। यही सच्ची प्रार्थना है।

11. कई लोगों को यह पता ही नहीं होता कि प्रार्थना कैसे करनी है और उनके मन में ईश्वर के बारे में अजीबोगरीब, विचित्र, यहाँ तक कि बचकाने विचार भी होते हैं। मुसीबत के

समय वे ईश्वर से ख़ुद को बचाने की गुहार करते हैं। और कई के मन में यह बचकाना विश्वास होता है कि आसमान में बैठा कोई देवता उन्हें बचा लेगा। ऐसे लोगों को बचा लिया जाता है। इसका कारण यह है कि आपकी आस्था की वस्तु सच्ची हो या झूठी, आपको वही परिणाम मिलेंगे, क्योंकि आपका अवचेतन आपके विश्वास पर सवाल नहीं करता और केवल निगमनात्मक तरीक़े से ही तर्क करता है।

12. किसी दूरस्थ देवता से भीख माँगना या याचना करना यह मानकर चलना है कि आपके पास इस वक़्त वह नहीं है, जो आप चाहते हैं और यह नज़रिया अधिक अभाव तथा सीमा को आकर्षित करता है। इसलिए आप जो चाहते हैं, आपको उसका विपरीत मिलता है।

    आपको यक़ीन है कि पेड़ बीज में है, लेकिन आपको बीज बोना होगा। इसी तरह, आपकी समस्या चाहे जो हो, चाहे यह कितनी ही मुश्किल नज़र आती हो, जवाब इच्छा है। आपकी इच्छा वह बीज है, जिसका अभिव्यक्ति का अपना ख़ुद का गणित, कार्यविधि और अंदाज़ होता है। आपकी इच्छा उतनी ही वास्तविक है, जितना कि आपका हाथ या हृदय।

    यह वैसा ही है, जैसे रेडियो का विचार आपके दिमाग़ में वास्तविक है। अहसास करें - आपके अवचेतन में ईश्वरीय प्रज्ञा, जो एकमात्र सृजनात्मक शक्ति है, आपकी इच्छा को साकार कर सकती है। अपने विचार और इच्छा की वास्तविकता में इसी समय विश्वास करें। आस्था और विश्वास के साथ इसे पोषण दें। एक बीज की तरह, जिसे ज़मीन में नीचे खाद-पानी दिया जाता है, यह ज़मीन से ऊपर उग आएगी। यह सफल प्रार्थना के रूप में आपके जीवन में उग आएगी। इसीलिए आप विश्वास कर सकते हैं कि यह आपके पास इस वक़्त मौजूद है - आपके दिमाग़ में यह एक वास्तविकता है।

13. आप ईश्वर के जीते-जागते मंदिर हैं। ईश्वर आपके भीतर की जीवित शक्तिशाली आत्मा है। आपका मन ही वह जगह है, जहाँ आप उस एकमात्र सृजनात्मक शक्ति के साथ चलते और बोलते हैं, जिसे आप जानते हैं। एकमात्र निराकारी शक्ति, जिसके बारे में आप जागरूक हैं, वह आपका विचार है। आपका विचार सृजनात्मक है और आप जानते हैं कि आप इस समय किसका सृजन कर रहे हैं। आपके अंदर का जीवन-सिद्धांत हमेशा आपके हृदय के द्वार पर दस्तक दे रहा है और आपसे कह रहा है, 'उठो, पार जाओ, विकास करो, तरक्की करो, आगे बढ़ो, अपने हृदय का द्वार खोलो,' और अहसास करें कि आपके भीतर ही वह है, जो सारे आँसुओं को पोंछ सकता है, किसी रोगी शरीर को स्वस्थ कर सकता है, छिपे हुए गुण उजागर कर सकता है और आपको ख़ुशी, स्वतंत्रता तथा मानसिक शांति के राजमार्ग पर ले जा सकता है।

14. ईश्वर (आत्मा) में व्यक्तित्व के सारे तत्व हैं, जैसे चयन, इच्छा, प्रेम, शांति, सद्भाव,

ख़ुशी, सौंदर्य, शक्ति, बुद्धिमत्ता और प्रज्ञा। ईश्वर नियम भी है। एक के बिना दूसरा नहीं हो सकता। आप एक अद्‌भुत व्यक्तित्व विकसित कैसे कर सकते हैं, जब तक कि आप अपने अवचेतन में ईश्वर के गुण, लक्षण और शक्तियों पर मनन न करें? नियम यह है कि आप वही बन जाते हैं, जिसके सच होने का आप दावा करते हैं और जिसे आप सच महसूस करते हैं। दूसरे शब्दों में, आप वही हैं, जिस पर आप मनन करते हैं और जिसे आप अपने अवचेतन में शामिल करते हैं। यह आपके अवचेतन मन के नियम के अनुसार किया जाता है। हृदय की भावनात्मक उत्कटता और किसी दूरस्थ देवता के प्रति पवित्र भावुक नज़रिया दुविधा, विक्षिप्तता और मोहभंग की ओर ले जाता है। नियम और व्यक्तित्व एक ही हैं। इंसान के ज़रिये काम करने के लिए शाश्वत उपस्थिति और शक्ति को पहले व्यक्ति बनना होगा। आपको अपने विचारों और भावना में ईश्वर के सत्यों को ग्रहण करना होगा और फिर ईश्वर आपके लिए बहुत व्यक्तिगत बन जाएगा। लेकिन ईश्वर कोई व्यक्ति नहीं है, यानी वह आसमान में बैठा कोई महिमामंडित व्यक्ति नहीं है। इस तरह की अवधारणा को विक्षिप्त मंदबुद्धि कहा जा सकता है।

15. आप निश्चित महान सत्यों का दावा करते हैं। दोहराव, आस्था और अपेक्षा के ज़रिये आप उन पर विश्वास करेंगे और उन्हें सच के रूप में स्वीकार करेंगे। इस तरह आपकी सकारात्मक प्रार्थना काम करेगी। आप जो कर रहे हैं, वह सिर्फ़ ख़ुद को यह विश्वास दिलाना है कि आप जिसका दावा करते हैं, वह सच है और कुछ समय बाद आपको अहसास होने लगेगा कि तीन और तीन छह होते हैं, सात नहीं होते; फिर आपको परिणाम मिल जाता है।

7

टेलीसाइकिक्स की मदद से वह प्रार्थना कैसे करें, जो कभी नाकाम नहीं होती

कई स्त्री-पुरुषों ने मुझसे बार-बार कहा है: 'हम कुछ चीज़ों को गंभीरता से और सचमुच चाहते थे, लेकिन वे हमें नहीं मिलीं। हमने प्रार्थना की, हसरत रखी, इंतज़ार किया, लेकिन फिर भी जवाब नहीं मिला।' फिर वे आम सवाल पूछते हैं: 'क्यों?' जवाब यह है कि आपकी प्रार्थनाओं का जवाब आपकी आस्था के अनुसार ही मिलता है।

आस्था क्या है?

इस पुस्तक में हम जिस आस्था के बारे में बात करते हैं, वह पंथ, संप्रदाय, परंपरा, संस्कार, रीति-रिवाज़ या किसी ख़ास धार्मिक धारणा के बारे में नहीं है। आस्था को एक मानसिक नज़रिये के रूप में देखें - एक ख़ास तरह की सोच। आस्था एक चेतना की संभावना है, जिसके द्वारा आप जानते हैं कि जिस भी विचार को आप भावनामय करते हैं और सच महसूस करते हैं, उसकी छाप आपके अवचेतन मन पर छूट जाती है और जब भी आप अपने ज़्यादा गहरे मन को किसी विचार, योजना या उद्देश्य से व्याप्त करने में कामयाब होते हैं, तो यह उस छाप को वस्तु के रूप में संसार के पर्दे पर प्रकट कर देता है। आपका अवचेतन आपके भीतर की सृजनात्मक शक्ति है। आपका चेतन मन विकल्प चुनता है, लेकिन यह सृजन नहीं कर सकता। दरअसल आप अपने चुनावों का महायोग हैं। ज़्यादातर लोगों को इस बात का अहसास नहीं होता, जबकि करोड़ों लोग इस सत्य को पूरी तरह अस्वीकार कर देते हैं। इसलिए आस्था सोचने की विधि है, विश्वास करने का तरीक़ा है, एक मानसिक स्वीकृति है।

केमिस्ट की रसायन के नियमों में आस्था होती है, जो विश्वसनीय हैं। किसान की कृषि के नियमों में आस्था होती है। और इंजीनियर की गणित के नियमों में आस्था होती है। इसी तरह, मनुष्य को अपने चेतन और अवचेतन मन की कार्यविधि सीखकर अपने मस्तिष्क के नियमों में आस्था रखना सीखना चाहिए। उसे अपने मन के इन दो पहलुओं की अंतर्क्रिया को

समझ लेना चाहिए।

आस्था की प्रार्थना और इसका इस्तेमाल कैसे करें

आस्था की प्रार्थना को इस मानसिक या आध्यात्मिक विश्वास के रूप में देखा जा सकता है कि आपके अवचेतन मन में एक ईश्वरीय प्रज्ञा है, जो आपके मन के नियम पर आपके विश्वास के अनुरूप आपको फल देती है। बाइबल में लिखा है :

> आपकी आस्था के अनुरूप ही आपको दिया जाएगा।
>
> - मैथ्यू 9:29
>
> यदि आप यक़ीन कर सकें, तो उस व्यक्ति के लिए सभी चीज़ें संभव हैं, जो विश्वास करता है।
>
> - मार्क 9:23

इसका मतलब है कि आपके अवचेतन की बुद्धिमत्ता और शक्ति आपके विश्वास के स्तर के अनुसार काम करती है। यक़ीन करने का मतलब है किसी चीज़ को सच के रूप में स्वीकार करना। जब आप 'बिलीव' शब्द को तोड़ते हैं, तो इसका मतलब है जीवित होना; दूसरे शब्दों में जीवन के सत्यों के प्रति जीवित होना, शाश्वत सत्यों को सजीव करना, उनकी वास्तविकता को महसूस करना। आप अपने अवचेतन मन में जो भी रखते हैं, आपको वैसा ही फल मिलेगा।

कुछ प्रार्थनाओं का जवाब क्यों मिलता है

एक आदमी ने मुझसे कहा: 'मेरी पत्नी की प्रार्थनाओं का जवाब हमेशा मिलता है; मेरी प्रार्थनाओं का जवाब नहीं मिलता। क्यों?' उसने आगे कहा कि उसे विश्वास था कि किसी रहस्यमय कारण से ईश्वर अच्छाई को उसके पास आने से रोक रहा था, जबकि पत्नी के धार्मिक विश्वासों के कारण उस पर कृपा कर रहा था। बहरहाल, मेरा स्पष्टीकरण कुछ इस तरह था: ईश्वर के लिए सभी समान हैं। कोई भी व्यक्ति प्रकृति के नियमों का इस्तेमाल करना सीख सकता है, बशर्ते वह आवश्यक ज्ञान हासिल कर ले।

कोई हत्यारा या नास्तिक विद्युत के नियम सीख सकता है और वह इस ज्ञान का इस्तेमाल किसी घर को रोशन करने के लिए कर सकता है। इसी तरह वह जहाज़-चालन के नियम सीख सकता है या कोई दूसरा नियम और इन नियमों पर उनकी प्रकृति के अनुसार अमल कर सकता है। नास्तिक को भी अवचेतन से उतनी ही अच्छी तरह जवाब मिल सकता

है, जिस तरह किसी धार्मिक व्यक्ति को मिलता है; एकमात्र शर्त है विश्वास या जवाब की पूर्ण मानसिक स्वीकृति।

दैवी उपस्थिति के अस्तित्व से इन्कार करने वाला अंतरिक्ष यात्री मंगल, शुक्र और दूसरे ग्रहों पर पहुँच सकता है, बशर्ते उसमें पर्याप्त विश्वास और आस्था हो। यानी वह यक़ीन कर लेता है कि उसे जो भी जानने की ज़रूरत है, उसके अवचेतन की सृजनात्मक बुद्धिमत्ता उसे वह प्रदान करेगी, क्योंकि अवचेतन मन हमेशा चेतन मन के विश्वास और मान्यता पर प्रतिक्रिया करता है।

ईश्वर या असीम प्रज्ञा लोगों के धर्म के आधार पर फल देती है, यह सोचना ईश्वर पर मानव मन की विचित्रताएँ, सनकें और विसंगतियाँ थोपना होगा। ईश्वर या सृजनात्मक शक्ति तब मौजूद थी, जब कोई इंसान इस धरती पर नहीं आया था या इस संसार में कोई चर्च नहीं बना था। मनुष्यों ने विभिन्न धार्मिक पंथ, आकार, धार्मिक संस्कारों और धर्मसिद्धांतों का आविष्कार किया है। ईश्वर कल भी वही था, आज भी वही है और हमेशा वही रहेगा। यह सोचना मूर्खतापूर्ण है कि ईश्वर कुछ लोगों को देता है और कुछ लोगों से रोक लेता है। यह पक्षपात होगा, जो सोचना ही मूर्खता है और पूरी तरह बकवास है।

जैसा आपका यक़ीन था, वैसा ही आपके साथ किया गया है।

- मैथ्यू 8:13

यह कारण और परिणाम के नियम को बताता है, जो ब्रह्मांडीय और सर्वव्यापी है और निश्चित रूप से लोगों में भेदभाव नहीं करता। कारण आपके चेतन मन का विश्वास है और परिणाम आपके अवचेतन की प्रतिक्रिया है।

वह जिसका दावा करता था, अचेतन रूप से उससे इन्कार कर रहा था

ऊपर बताया आदमी समृद्धि के लिए प्रार्थना कर रहा था और दावा कर रहा था: 'ईश्वर मेरी त्वरित आपूर्ति है और उसकी दौलत इसी समय मेरे जीवन में संचारित हो रही है।' लेकिन उसने स्वीकार किया कि दिल की गहराई में वह अभाव और सीमा में विश्वास कर रहा था। दूसरे शब्दों में, उसके चेतन दावे को उसके अवचेतन अविश्वास ने नकार दिया।

उसकी पत्नी की प्रार्थनाएँ इस वजह से सफल हुईं, क्योंकि उसका विश्वास ज़्यादा गहरा था; उसे सचमुच अपने दावे पर यक़ीन था। यह उसे समझदारीपूर्ण लगता था कि उसके अवचेतन में एक अवैयक्तिक उपस्थिति और शक्ति है, जो उसकी आदतन सोच और

विश्वासों पर कार्य करती है तथा यह सभी पर समान प्रतिक्रिया करती है।

उसने अपना विश्वास किस तरह बदला

इस आदमी ने एक सरल सत्य सीख लिया: कि विचार उसी तरह वस्तु बन जाता है, जिस तरह बीज पौधा बन जाता है। जब उसने अपने चेतन मन में सत्य को दोहराया, तो अभाव में उसका अविश्वास उसके अवचेतन मन से ग़ायब हो गया। उसे अहसास हुआ कि दौलत उसके मन में एक विचार-चित्र थी और सारी चीज़ें मनुष्य या ईश्वर के अदृश्य मन से उत्पन्न होती हैं। इस नई समझ और अंतर्दृष्टि ने उसे विश्वास और आस्था प्रदान की।

उसने स्पष्ट रूप से महसूस किया कि एक-एक बूँद साफ़ पानी अगर गंदे पानी की बोतल में लगातार गिरता रहे, तो अंततः बोतल में साफ़ पानी ही दिखेगा। दोहराव ही कुंजी है। उसने अपने झूठे विश्वास को पहचान लिया और उसकी जगह पर जीवन में दौलत के प्रवाहित होने के विचार को लगातार दोहराने लगा। मुक्तता से, ख़ुशी से और अंतहीन रूप से।

शुरुआत में उसके लिए यह एक बौद्धिक कथन था, जिसमें उसकी भावना ने कोई भूमिका नहीं निभाई, लेकिन जब वह विश्वास के साथ यह कथन दोहराता रहा, 'दौलत मेरे जीवन में प्रवाहित हो रही है और वह मेरे पास हमेशा बहुतायत में रहती है,' तो वह पल आया, जब आख़िरी प्रतिरोध भी चला गया - जिस तरह कि साफ़ पानी की लगातार टपकती बूँद बोतल से गंदे पानी की आख़िरी बूँद को धो डालती है।

प्रार्थना कब सच्ची प्रार्थना नहीं होती है

हाल ही में एक महिला ने मुझे लिखकर बताया कि उसे अगले महीने की 15 तारीख़ तक 6,000 डॉलर चाहिए, वरना वह अपनी मॉर्टगेज का बकाया नहीं चुका पाएगी और अपना घर गँवा देगी। उसने यह भी कहा कि वह किसी स्त्रोत से 6,000 डॉलर पाने के लिए बहुत कड़ी प्रार्थना कर रही थी, लेकिन उसे हर जगह से नकारात्मक प्रतिक्रिया ही मिल रही थी।

यह महिला चिंतित, तनावग्रस्त, परेशान और डर से भरी हुई थी। मैंने उसे समझाया कि उसका वर्तमान मानसिक नज़रिया केवल ज़्यादा नुक़सान, अभाव, सीमा और तमाम तरह की बाधाओं को ही आकर्षित करेगा।

मेरे सुझाव पर उसने उन महान सत्यों का अभ्यास शुरू किया, जिनसे वह परिचित थी, लेकिन जिन्हें उसने नज़रअंदाज़ कर दिया था।

अँग्रेजी भाषा के संभवतः महानतम लेखक और संसार के शीर्षस्थ नाटककार विलियम

शेक्सपियर ने भी कहा था, 'सारी चीज़ें तैयार हैं, बशर्ते मस्तिष्क तैयार हो।'

उस महिला ने आवश्यक धनराशि के बारे में सोचना पूरी तरह छोड़ दिया, साथ ही तारीख़ के बारे में भी। वह ऊपर बताए गए महान सत्यों को दोहराने लगी और उसने अहसास किया कि जब उसका मन शांत हो जाएगा, तो समाधान अपने आप मिल जाएगा। वह यह जानते हुए ईश्वर के संपर्क में रही कि ईश्वर उसकी सभी आवश्यकताओं की पूर्ति करता है और वह उसकी त्वरित तथा स्थायी आपूर्ति व समर्थन है।

मैंने इस सरल सत्य पर ज़ोर दिया कि जब उसका मन शांत होगा, जब दैवी उदासीनता होगी, तो जवाब यानी समाधान निश्चित रूप से आ जाएगा। दैवी उदासीनता का मतलब है कि आप जान जाते हैं कि आपकी प्रार्थना का असफल होना असंभव है, उसी तरह जिस तरह आपको पूरा विश्वास होता है कि सुबह सूरज उगेगा। आप नहीं जानते हैं कि जवाब कैसे मिलेगा। आपको दरअसल इसकी परवाह नहीं होती है, क्योंकि आप जानते हैं कि जो भी होता है, अच्छे के लिए होगा - बहुत अच्छे के लिए होगा।

उसने उन महान सत्यों की ख़ुद को याद दिलाकर अपना शांतिपूर्ण नज़रिया क़ायम रखा, जो कभी नहीं बदलते हैं। एक सप्ताह के अंत में वह स्थानीय दवाई की दुकान में एक पुराने स्कूली मित्र से मिली। वह विधुर था और वह विधवा थी। उस मित्र ने विवाह का प्रस्ताव रखा। महिला ने स्वीकार कर लिया। उस मित्र ने मॉर्टगेज का ख़र्च भी सँभाल लिया। महिला ने कुछ भी नहीं खोया; उल्टे उसे हासिल हुआ। उसके अवचेतन ने उस अच्छाई को बढ़ाया और कई गुना कर दिया, जिसकी छाप उस महिला ने इस पर छोड़ी थी।

डर और चिंता अभाव को आकर्षित करती है। आपके मन के नियम में विश्वास जीवन की सारी नियामतों को आकर्षित करता है। जब भी आपके मन में यह विचार आता है कि आपको एक निश्चित धनराशि मिलनी चाहिए और यह एक निश्चित दिन तक आनी चाहिए, तो याद रखें कि मानसिक नज़रिया आम तौर पर अत्यधिक तनाव, चिंता और डर का होता है, जिससे ज़्यादा नुक़सान होता है। सारी नियामतों के स्त्रोत की ओर जाएँ। ईश्वर से संपर्क स्थापित करें और शांति, मार्गदर्शन, सद्भाव, सही क्रिया और समृद्धि का दावा करें। अपने संपर्क को क़ायम रखें; दिन उगेगा और सारी छायाएँ दूर भाग जाएँगी।

उसने कहा कि उसे पूरा विश्वास था कि वह अनुबंध पर हस्ताक्षर करेगी

एक अभिनेत्री ने मुझे बताया कि उसे पूरा विश्वास था कि उसे उसका मनचाहा अनुबंध मिल जाएगा, क्योंकि उसे न्यू यॉर्क से एक फ़ोन आया था कि वह वहाँ आकर उस पर साइन कर

दे। जब वह न्यू यॉर्क पहुँची, तो उसे अनुबंध देने वाला व्यक्ति अपनी नींद में ही मर गया था। वह थोड़ी निराशा और उदासी में ख़ाली हाथ लौटी।

मैंने उसे समझाया कि एकमात्र चीज़ जिसमें वह पूरी आस्था रख सकती थी, वह यह है: ईश्वर ईश्वर है और सृष्टि के नियम कल भी वही थे, आज भी वही हैं और हमेशा वही रहेंगे। वे विश्वसनीय हैं, क्योंकि ईश्वर और उसके नियम अटल तथा अचल हैं। यही नहीं, मैंने उसे समझाया कि वह सृष्टि को नियंत्रित नहीं करती है और लोगों के जीवन पर उसकी कोई शक्ति नहीं है। निश्चित रूप से, अगर उसे अनुबंध देने वाला आदमी परलोकगमन के बिंदु पर था, तो उसका इससे कोई लेना-देना नहीं था, लेकिन वह पूरी तरह विश्वास रख सकती थी कि ईश्वर ईश्वर है - सर्वशक्तिमान, अमर, अपरिवर्तनीय और कालातीत।

टेलीसाइकिक्स कार्यरूप में

उसने अपना मानसिक नज़रिया बदलकर यह अहसास किया कि उसके अवचेतन की ईश्वरीय प्रज्ञा के पास उसकी इच्छा को साकार करने के तरीक़े थे, लेकिन इसके तरीक़े कई बार रहस्यमय होते हैं, जिनका पता लगाना आसान नहीं होता। उसने इस तरह शांति से दावा किया :

मैं जानती हूँ कि मेरे अवचेतन के भीतर की ईश्वरीय प्रज्ञा के पास एक व्यावसायिक अनुबंध प्रदान करने के तरीक़े हैं, जो मेरी बुद्धि की समझ से परे हैं। मैं इस अतीन्द्रिय बुद्धिमत्ता को पहचानती हूँ। मैं इसी समय इसी जैसे या इससे भी बड़े अनुबंध को अपने ज़्यादा गहरे मन की बुद्धिमत्ता में स्वीकार करती हूँ।

कुछ ही सप्ताह में उसे पुराने अनुबंध से ज़्यादा बेहतर अनुबंध मिल गया, जिस पर वह न्यू यॉर्क सिटी में हस्ताक्षर करने वाली थी। जब आपके साथ इससे मिलती-जुलती कोई चीज़ हो, तो ख़ुश रहें और कृतज्ञ बनें और दिल में जान लें कि आपके भीतर की ईश्वरीय प्रज्ञा के पास आपके लिए कोई ज़्यादा अद्‌भुत चीज़ है। यह ऐसे तरीक़ों से आपके पास आएगी, जिनकी आप कल्पना भी नहीं कर सकते।

टेलीसाइकिक्स आपको सही जगह पर विश्वास करना सिखाता है

एक प्रतिभाशाली महिला एक कंपनी में शीर्षस्थ एक्ज़ीक्यूटिव थी। उसने कहा कि उसे पूरा यक़ीन था कि वह एक ख़ास व्यक्ति से शादी करेगी। सारे इंतज़ाम हो गए थे - समारोह की योजना बन गई थी, अतिथियों को आमंत्रित कर लिया गया था और शादी के दावत समारोह का आंशिक भुगतान कर दिया गया था, लेकिन रस्म के कुछ मिनट पहले ही उसका मँगेतर

हार्ट अटैक से मर गया।

उस महिला ने पूछा, 'ईश्वर ने मेरे साथ यह क्यों किया?' दरअसल, ईश्वर उस आदमी की मृत्यु के लिए 'ज़िम्मेदार' नहीं था। उस आदमी के पास अपने जीवन को चुनने और मनचाही दिशा देने की क्षमता थी। बाद में पता चला कि वह शराबी था (जो उसकी मँगेतर को मालूम नहीं था) और उसका हृदय रोग संबंधी इलाज हुआ था तथा उसे कई बार अस्पताल में भर्ती किया गया था। उसने ये सारी बातें अपनी मँगेतर से छुपा ली थीं।

मैंने उसे बताया कि आख़िर वह उस आदमी के जीवन को नियंत्रित नहीं करती थी, न ही वह यह तय करती थी कि वह कब अगले आयाम में जाएगा। दरअसल, उसे तो अपने अवचेतन मन की बुद्धिमत्ता पर बेहद ख़ुश होना चाहिए, जो हमेशा उसकी रक्षा करना, उपचार करना, नवीनीकरण करना और मार्गदर्शन देना चाहता है, कि इसने दरअसल उसे उस संबंध में प्रवेश करने से रोक दिया, जो एक दुखद विवाह साबित होता।

उसने यह सरल सत्य भी सीखा: कि आप संसार की किसी भी चीज़ के बारे में पूरा भरोसा नहीं कर सकते, सिवाय इसके कि ईश्वर ईश्वर है - कि सृष्टि के नियम अटल और अचल हैं। किसी को पूरा भरोसा कैसे हो सकता है कि वह कल सैन फ़्रांसिस्को पहुँचेगा? शायद कोहरा बाधा डाल दे और सारी उड़ानें रद्द हो जाएँ। आपको यह पूरा विश्वास कैसे हो सकता है कि आपका घोड़ा रेस में जीतेगा? शायद घोड़ा हार्ट अटैक के कारण मर जाए। आपको यह पूरा विश्वास कैसे हो सकता है कि आप उस लड़की से शादी करेंगे? शायद वह आज रात को मर जाए या किसी दूसरे आदमी के साथ भाग जाए। क्या आप लोगों और संसार को नियंत्रित करते हैं?

सारे समय यह याद रखें कि आपके अवचेतन की बुद्धिमत्ता के पास आपकी प्रार्थना का जवाब लाने के ऐसे तरीक़े हैं, जो आपके चेतन मन को पता नहीं हैं और यह कभी उनकी कल्पना भी नहीं कर सकता।

जिस महिला के बारे में हम लिख रहे हैं, उसने पति के लिए सही तरीक़े से कभी प्रार्थना नहीं की। वह एक बार में उस आदमी से मिली थी। रोमांस, जिसमें उसके पति के सारे झूठ और फ़रेब शामिल थे, का सिलसिला वहीं से शुरू हुआ। प्रार्थना करते वक़्त आपको कभी किसी ख़ास व्यक्ति के बारे में नहीं सोचना चाहिए। आप चरित्र से विवाह करते हैं। आपको संसार में वह नहीं मिलता, जो आप चाहते हैं, बल्कि आपको वह मिलता है जो आप हैं - आप वही होते हैं, जिस पर आप मनन करते हैं।

सही जीवनसाथी को आकर्षित करने के लिए आपको अपने अवचेतन मन में वे गुण बनाने चाहिए, जिनकी आप किसी व्यक्ति में क़द्र करते हैं। उन गुणों पर रुचि के साथ सोचें, जिनका आप सम्मान करते हैं और जिन्हें आप महत्त्व देते हैं। मैंने उसे नीचे दी गई प्रार्थना दी और सुझाव दिया कि वह रात और सुबह को इसका इस्तेमाल करे :

मैं जानती हूँ कि अब मैं ईश्वर के साथ एक हूँ। उसमें मैं जीती हूँ, चलती हूँ और उसी में मेरा अस्तित्व है। ईश्वर जीवन है; यह जीवन सभी पुरुषों और स्त्रियों का है। हम सब एक ही पिता की संतान हैं।

मैं यह जानती और यक़ीन करती हूँ कि एक पुरुष है, जो मुझसे प्रेम करने और दुलार करने के लिए इंतज़ार कर रहा है। मैं जानती हूँ कि मैं उसकी ख़ुशी और शांति में योगदान दे सकती हूँ। वह मेरे आदर्शों से प्रेम करता है और मैं उसके आदर्शों से प्रेम करती हूँ। वह मुझे नए सिरे से नहीं गढ़ना चाहता; न ही मैं उसे नए सिरे से गढ़ना चाहती हूँ। हमारे बीच आपसी प्रेम, स्वतंत्रता और सम्मान है।

एक ही मन महत्त्वपूर्ण है और मैं इसी समय उसे इस मन से जानती हूँ। मैं इसी समय उन गुणों के साथ एक होती हूँ, जिनकी मैं क़द्र करती हूँ और जिन्हें मैं अपने पति में देखना चाहती हूँ। मैं अपने मन में इन गुणों के साथ एक हूँ। हम दैवी मस्तिष्क में पहले ही एक दूसरे को जानते और प्रेम करते हैं। मैं उसमें ईश्वर को देखती हूँ; वह मुझमें ईश्वर को देखता है। भीतर उससे मिलने के बाद मुझे उससे बाहर मिलना ही होगा, क्योंकि यह मेरे ही मन का नियम है।

ये शब्द वहाँ जाते हैं और हासिल करते हैं, जहाँ भी उन्हें भेजा जाता है। मैं जानती हूँ कि यह इसी समय हो चुका है, पूर्ण है और ईश्वर में पूर्ण है। परम पिता, आपको धन्यवाद।

ऊपर बताए गए शब्द धीरे-धीरे उसके अवचेतन मन में बैठ गए और उसके ज़्यादा गहरे मस्तिष्क की बुद्धिमत्ता ने एक अद्‌भुत युवा डेंटिस्ट को उसकी ओर आकर्षित किया, जो हर मायने में उसके सामंजस्य में था। उस महिला ने अपने मन के नियमों में विश्वास करना सीख लिया, जो कभी असफल नहीं होते। वह जानती थी कि कब यह प्रार्थना उसके अवचेतन तक पहुँच गई, क्योंकि उसके बाद उसके मन में पति के लिए प्रार्थना करने की इच्छा ही नहीं रही। वह इस विश्वास पर पहुँच गई, जिसने तुरंत प्रतिक्रिया की।

टेलीसाइकिक्स आपको सिखाता है कि सभी तरह की विपत्तियों का मुक़ाबला कैसे करें

मान लें, आपका ह्यूस्टन, डलास या बॉस्टन में किसी के साथ महत्त्वपूर्ण अपॉइंटमेंट हो और कोहरे, बीमारी आदि के कारण देर हो रही है। आप कह सकते हैं कि आपने इस मुलाक़ात के बारे में प्रार्थना की थी - कि यह संतोषजनक होगी और दैवी योजना पूर्ण होगी। तनावरहित हो जाएँ; ढीला छोड़ दें; अपने अवचेतन मन की ईश्वरीय प्रज्ञा की ओर मुड़ें और अहसास करें कि आंतरिक बुद्धिमत्ता के पास इस मुलाक़ात, अनुबंध या यह चाहे जो हो, उसे घटित कराने

के बेहतर तरीक़े हैं। संतुलित और शांत बने रहें और यह जान लें कि दैवी सही क्रिया पूर्ण होती है। यह भी याद रखें कि आपका चेतन, तार्किक मन यह नहीं जानता कि दैवी सही क्रिया कैसे घटित होती है।

यह जान लें कि ईश्वर हमेशा ईश्वर है। जब आप दावा करते और विश्वास करते हैं कि ईश्वर आपके जीवन में सक्रिय है, तो जो भी होता है, अच्छे के लिए होगा - ख़ास तौर पर अच्छे के लिए। यह दरअसल वह प्रार्थना है, जो कभी असफल नहीं होती।

स्मरणीय बिंदु...

1. आस्था सोचने का तरीक़ा है। यह मानसिक नज़रिया है। आपकी मन के नियमों में आस्था तब होती है, जब आप यह बात जानते हैं कि जिसकी भी छाप आपके अवचेतन मन पर छोड़ी जाती है, वह आपके जीवन में अनुभव और घटनाओं के रूप में व्यक्त होगा। जिस भी विचार को आप भावनामय बनाते हैं और सच महसूस करते हैं, चाहे वह अच्छा हो या बुरा, उसे आपका अवचेतन स्वीकार कर लेगा और साकार कर देगा।

2. किसान की कृषि के नियमों में आस्था होती है। जहाज़ के कप्तान की नौसंचालन के नियमों में आस्था होती है। वे उन सिद्धांतों का इस्तेमाल कर रहे हैं, जो तब से विद्यमान हैं, जब एक भी इंसान धरती पर नहीं रहता था। इसी तरह, आप अपने मन के नियम सीखना शुरू करके अपने पूरे जीवन का कायाकल्प कर सकते हैं। अच्छा सोचेंगे, तो अच्छा होता है; नुक़सान और सीमा के बारे में सोचेंगे, तो दुख आता है।

3. आपके विश्वास ही आपकी स्थितियों और परिस्थितियों को तय करेंगे। इसीलिए डॉ. क्विम्बी ने 1847 में कहा था, 'मनुष्य व्यक्त विश्वास है।' विश्वास आपके मन का विचार है। इसका मतलब है किसी चीज़ को सच के रूप में स्वीकार करना। आप किसी झूठ पर भी विश्वास कर सकते हैं, लेकिन आप इसे साबित नहीं कर सकते। विश्वास का मतलब है ईश्वर के सत्यों के प्रति जीवंत होना। आपको अपने मन को शाश्वत सत्यों से भरने की ज़रूरत है, ताकि आप सद्भाव, स्वास्थ्य, शांति और समृद्धि के संदर्भ में अपने पूरे जीवन का कायाकल्प कर लें।

4. ईश्वर सभी को एक निगाह से देखता है। वह किसी के साथ पक्षपात नहीं करता। ईश्वर कुछ लोगों के धार्मिक विश्वास या किसी ख़ास पंथ के दावों के कारण उन पर प्रतिक्रिया करता है, यह सोचना बचकानी भावुकता है। ईश्वर शाश्वत बुद्धिमत्ता और शक्ति है, जो सभी लोगों के विश्वास और उनकी मानसिक स्वीकृति के अनुसार उनके लिए उपलब्ध है।

5. कई लोग जो दावा करते हैं, उससे अचेतन रूप से इन्कार करते हैं। मिसाल के तौर पर, एक आदमी बाहर से दावा कर सकता है कि ईश्वर उसका स्त्रोत और आपूर्ति है, लेकिन इसके बावजूद उसके अवचेतन में ग़रीबी का विश्वास हो सकता है। उसे अपने विश्वास को बदलकर ईश्वर की समृद्धि और दौलत के नियम पर मनन करना होगा; फिर उसका अवचेतन नए चेतन विश्वास पर प्रतिक्रिया करेगा।

6. यह सच्चाई समझ लें कि दौलत आपके मन का विचार-चित्र है। जब आप लगातार इस सत्य को दोहराते हैं कि ईश्वर की दौलत आपके जीवन में प्रवाहित हो रही है, तो आप ग़रीबी के अपने अवचेतन विश्वास को हटा देंगे और सुखद परिणाम मिलेंगे। यह गंदे पानी की बोतल में साफ़ पानी डालने की तरह है: एक पल आता है, जब आपके पास साफ़ पानी से भरी बोतल होती है।

7. जब किसी ख़ास तारीख़ तक निश्चित धनराशि पाने की समस्या हो, तो धनराशि और तारीख़ भूल जाएँ, क्योंकि इस मानसिक नज़रिये से चिंता, तनाव और परेशानी उत्पन्न होती है, जिससे विलंब, बाधाएँ, मुश्किलें और ज़्यादा चिंताएँ आकर्षित होती हैं। स्त्रोतों और बाइबल में दिए गए महान सत्यों पर मनन करें, जो आपके मन को शांति देंगे। मनन करें कि ईश्वर आपकी त्वरित और अनंत आपूर्ति है, जो इस समय और हमेशा आपकी सारी आवश्यकताओं की पूर्ति करता है। जब आपको दैवी उदासीनता हो जाती है, तो आपकी प्रार्थना का हमेशा ऐसे तरीक़ों से जवाब मिलेगा, जिन्हें आप जानते भी नहीं होंगे।

8. शाश्वत परिवर्तन सारी चीज़ों की जड़ में है। ईश्वर कभी नहीं बदलता है। आप जिस एकमात्र चीज़ में पूरा भरोसा कर सकते हैं, वह यह ज्ञान है कि ईश्वर ईश्वर है; वह कल भी वही था, आज भी वही है और हमेशा वही रहेगा। अगर आप कहते हैं कि आपको पूरा भरोसा है कि आप कल जॉन जोन्स के साथ एक अनुबंध पर हस्ताक्षर करेंगे, तो हो सकता है कि वह अगले आयाम में पहुँच जाए या इसे रोकने के लिए 101 दूसरी चीज़ें हो सकती हैं। अपने अवचेतन के भीतर की असीमित शक्ति पर भरोसा करें कि यह किसी दूसरे तरीक़े से काम करा देगी और यह वाक़ई ऐसा कर देगी।

9. यह सोचना छोड़ दें कि आप प्राकृतिक शक्तियों, दूसरों के जीवनकाल या उनके भाग्य को नियंत्रित कर सकते हैं। अपनी आस्था और विश्वास अंदर वास करने वाली ईश्वर-उपस्थिति में रखें, यह जान लें कि आपके जीवन में ईश्वर सक्रिय है और केवल सही दैवी क्रिया की ही जीत होती है; फिर जो भी होता है अच्छे के लिए होगा और बहुत अच्छे के लिए होगा। जीवितों के प्रदेश में ईश्वर के प्रेम और अच्छाई में पूर्ण आस्था रखें। इस सत्य को स्वीकार करने के बाद आपकी प्रार्थना से चमत्कार होने लगेंगे।

10. जब किसी जीवनसाथी के लिए प्रार्थना करें, तो कभी किसी ख़ास पुरुष या महिला के

बारे में न सोचें। दूसरे शब्दों में, आपको कभी सामने वाले के मस्तिष्क को चालाकी से प्रभावित करने की कोशिश नहीं करनी चाहिए। आप चरित्र से, चेतना की अवस्था से विवाह करते हैं। उन गुणों पर ध्यान केंद्रित करें, जिन्हें आप किसी पुरुष या महिला में पसंद करते हैं और फिर यह जान लें कि आपके मन की ज़्यादा गहरी धाराएँ आप दोनों को दैवी योजना में एक साथ ले आएँगी।

11. जब आप दावा करते हैं और यक़ीन करते हैं कि ईश्वर आपके जीवन में सक्रिय है, तो जो भी होता है, वह अच्छा ही होगा और बहुत अच्छा होगा। इस तरह की प्रार्थना कभी नाकाम नहीं होती।

8

टेलीसाइकिक्स के रहस्यमय स्त्रोतों के समीप कैसे जाएँ

> ईश्वर (आपके अवचेतन) ने कहा, मेरे विचार तुम्हारे विचार नहीं हैं; न ही तुम्हारे तरीक़े मेरे हैं। क्योंकि जिस तरह आकाश धरती से ऊँचा है, उसी तरह मेरे तरीक़े तुम्हारे तरीक़ों से ऊँचे हैं और मेरे विचार तुम्हारे विचारों से ऊँचे हैं।
>
> \- इसाइया 55:8-9

जब मैं यह अध्याय लिख रहा था, तो मुझे न्यू यॉर्क की एक महिला का फ़ोन आया, जो साइकिक परसेप्शन: द मैजिक ऑफ़ एक्स्ट्रासेंसरी पावर पढ़ रही थी। वह अपनी आंतरिक शक्तियों को विकसित करने के लिए दिए गए ध्यान लगा रही थी और उसे अद्‌भुत परिणाम मिल रहे थे। उसने कहा कि पिछली रात जब वह गहरी नींद में थी, तो उसका बहुत समय पहले मर चुका पति उसे यह बताने के लिए आया कि वह तुरंत जागे और जागकर गैस जेट बंद कर दे, वरना वह और उसका बेटा दम घुटने से मर जाएँगे। जब वह जागी, तो उसे गैस की तेज़ बदबू आ गई। उसने अपने बेटे को जगाया और खिड़कियाँ खोल दीं। महिला की त्वरित कार्यवाही ने बेशक बेटे और ख़ुद की जान बचा ली।

वह हर रात सोने से पहले प्रार्थना करती थी, जो सुरक्षा की बेहतरीन प्रार्थना थी। उसके अवचेतन मन ने उसके मृत पति की छवि का नाटकीयकरण इस ज्ञान के साथ किया कि उसकी चेतावनी पर वह तुरंत ध्यान देगी। वह इस आंतरिक स्वप्न को कोरा स्वप्न या मन का वहम नहीं मानेगी। अवचेतन के तरीक़े समझना वाक़ई मुश्किल है।

उसने कहा कि उसका ‘मृत’ पति था, लेकिन सृष्टि में कोई चीज़ कभी नहीं मरती है। जो फूल एक बार खिलता है, वह हमेशा के लिए खिलता है। हम लगातार उन सभी लोगों के साथ संपर्क में हैं, जो कभी जीवित रहे थे या इस समय जीवित हैं, क्योंकि एक ही मन सभी लोगों में साझा है। हालाँकि आपको किसी दूसरे व्यक्ति से जवाब मिलता है, लेकिन दरअसल यह अवचेतन मस्तिष्क की बुद्धिमत्ता ही है, जो जवाब दे रही है।

हम सभी एक ही सर्वव्यापी मस्तिष्क में डूबे हुए हैं। मैं सोचता हूँ कि एक बड़ी ग़लती यह सोचना है कि हम ‘शरीर में’ हैं। आपका शरीर आपमें एक विचार की तरह है। आपके

पास अनंत काल तक शरीर रहेंगे। आप शरीर के बिना अपनी कल्पना भी नहीं कर सकते। दरअसल यह असंभव है। आपके पास हमेशा एक शरीर रहेगा, जो जीवन के अगले आयाम में ज़्यादा ऊँची आवृत्तियों पर अस्तित्व में रहेगा।

किस वजह से उसकी प्रार्थना से स्थिति बिगड़ गई

एक महिला ने मुझसे कहा कि वह एक क़ानूनी उलझन में उलझी हुई थी, जिसके बारे में उसने प्रार्थना की, लेकिन उसकी प्रार्थना के बाद हालात और ख़राब हो गए। दरअसल वह अपनी सारी चिंताओं और तनावों पर ध्यान केंद्रित कर रही थी। प्रार्थना करने से पहले वह जितनी परेशान थी, उसके बाद वह उससे ज़्यादा परेशान हो गई। उसने सीखा कि वह अपने मन में जिस भी चीज़ पर ध्यान देती है, वह बढ़ती है।

हमारी बातचीत के बाद उसने अपने मानसिक नज़रिये को बदल लिया और इस तरह दावा किया :

> मैं अकेली नहीं हूँ। मुझमें ईश्वर का वास है और उसकी बुद्धिमत्ता ऐसे तरीक़ों से दैवी समाधान लाती है, जिनके बारे में मैं कुछ नहीं जानती। अब मैं प्रयास छोड़ देती हूँ और समाधान लाने का काम दैवी बुद्धिमत्ता के हवाले करती हूँ।

उसने मन में एक सकारात्मक नज़रिया क़ायम रखा और जब उसके मन में डर या बुरे विचार आए, तो वह तुरंत दावा करती थी: 'एक दैवी समाधान है। यह ईश्वर का कार्य है।'

कुछ दिनों बाद उसके डर के विचारों की सारी गति चली गई और उसे शांति का अहसास हुआ। उसकी जो रिश्तेदार अदालत में वसीयत को चुनौती दे रही थी और कटघरे में जान-बूझकर झूठ बोल रही थी, उसने अचानक ही मुक़दमे को वापस ले लिया और कुछ दिनों बाद नींद में ही अगले आयाम में पहुँच गई।

आपके चेतन मन को पता ही नहीं चल सकता कि आपकी प्रार्थना का जवाब किस तरह मिलेगा, क्योंकि आपके ज़्यादा गहरे मन की कार्यविधि बुद्धि से परे है और यह अपने तरीक़े से समाधान लाती है।

जवाब उसके पास एक अजीब तरीक़े से आया

मैं एक रियल इस्टेट ब्रोकर को जानता था, जिसकी रुचि एक दूसरे राज्य में एक बड़ा निवेश करने की थी। हर रात सोने से पहले वह अपने सभी कार्यों के लिए दैवी मार्गदर्शन और सही क्रिया के लिए प्रार्थना करता था। वह जिस जायदाद को ख़रीदने की सोच रहा था, उसे

देखकर आने के बाद एक रात को उसे एक बहुत ही स्पष्ट सपना आया। सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग का हेक्साग्राम 33 रिट्रीट प्रकट हुआ, जिसने कहा, 'यह आगे बढ़ने का समय नहीं है।'

उसने इस सलाह का अनुसरण किया। बाद की घटनाओं ने उसके निर्णय को सही साबित कर दिया, क्योंकि सौदे में अंडरवर्ल्ड के सदस्य शामिल थे। उसके अवचेतन मन ने हेक्साग्राम 'रिट्रीट' उसे बेशक इस वजह से दिखाया, क्योंकि वह सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग का अध्ययन कर रहा था। यह एक ऐसी पुस्तक है, जो मैंने आई चिंग या बुक ऑफ़ चेंजेस (जिसका अनुवाद विल्हेम बेंस ने किया है और प्रस्तावना स्वर्गीय कार्ल युंग ने लिखी है) के 64 हेक्साग्रामों के बाइबल संबंधी तथा मनोवैज्ञानिक अर्थों पर लिखी है। मैंने आधुनिक, रोज़मर्रा की भाषा में हेक्साग्रामों का अर्थ बताया है। स्पष्ट रूप से, इस रियल इस्टेट ब्रोकर के अवचेतन ने इस तरह से उसे जवाब देने का निर्णय लिया, ताकि वह तुरंत पहचान ले और आज्ञा का पालन करे।

अजीब तरीक़ा, जिससे उसकी प्रार्थना का जवाब मिला

मैं बाईस साल से ज़्यादा समय से विलशायर एबेल थिएटर, लॉस एंजेलिस में प्रवचन दे रहा हूँ। कुछ रविवार पहले वहाँ मेरे प्रवचन के बाद एक युवा महिला ने मुझे एक रोचक क़िस्सा सुनाया। स्थानीय युनिवर्सिटी में मनोविज्ञान और तुलनात्मक धर्मों का अध्ययन करने के बाद उसने मार्गदर्शन के लिए प्रार्थना की कि क्या उसे ग़ैर-सांप्रदायिक स्तर पर मानसिक और आध्यात्मिक नियम सिखाने के लिए धर्मसेवा में जाना चाहिए। उसने कहा कि उसे एक बहुत रोचक स्वप्न आया: कि मैं उसके सपने में आया और सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग के नंबर 30 हेक्साग्राम की ओर इशारा किया, जिसे लाई/जकड़ना, अग्नि कहा जाता है।

उसने नींद में ही पुस्तक की इबारत स्पष्टता से पढ़ी, जो उस हेक्साग्राम में 'चित्र' के नीचे दी है: और इज़राइल का प्रकाश अग्नि के लिए होगा... - इसाइया 10:17। बाइबल और आई चिंग में अग्नि का मतलब है आपके अवचेतन मन या सर्वोच्च प्रज्ञा की जगमगाहट, जो आपके सामने हर चीज़ उजागर कर देगी, जो भी आपको जानने की ज़रूरत है, ताकि आप वह रोशनी दूसरों पर डालने में समर्थ हो जाएँ।

जागने पर उसने हेक्साग्राम देखा और उसे सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग में 'चित्र' के नीचे वही शब्द मिले, जो उसने अपने सपने में देखे थे। उसने टिप्पणी की, 'जवाब सही है और मैं यही करने जा रही हूँ।' वह समझ गई कि उसका अवचेतन अक्सर प्रतीकों में बोलता है, जैसे पानी अवचेतन का प्रतीक हो सकता है या अग्नि ईश्वरीय प्रज्ञा या जोश का प्रतीक हो सकती है।

मेरा हुलिया सपने में उसे सत्य का प्रतीक लगा। वह अब अपनी इस पढ़ाई में बहुत ख़ुश है। आई चिंग की विद्यार्थी होने के नाते उसका स्वप्न उसके लिए बहुत सार्थक था और इसने उसे हर मायने में संतुष्ट कर दिया।

वह प्रार्थना की आदत डाल लेता है

हवाई में एक चीनी विद्यार्थी के साथ प्रार्थना के विषय पर बातचीत चल रही थी। उसने कहा कि प्रार्थना की उसकी तकनीक आध्यात्मिक साहचर्य पर आधारित है। प्रार्थना करते वक़्त वह प्रायः अपने उच्चतर स्व के साथ बातचीत करता है; उसके चेतन मन और ईश्वर की आंतरिक उपस्थिति के बीच प्रायः संक्षिप्त संवाद या संक्षिप्त संभाषण होते हैं। जब वह अपने उच्चतर स्व को संबोधित करता है, तो उसकी नीति कुछ इस तरह होती है :

परम पिता, आप सर्वबुद्धिमान हैं। मेरे सामने जवाब उजागर करें, मेरे अध्ययन में मुझे मार्गदर्शन दें, मुझे बताएँ कि क्या करना है, मेरे सामने मेरे गुण प्रकट करें और मुझे बुद्धिमत्ता व समझ भरा हृदय दें।

उसका दावा है कि कई बार उसे आगामी परीक्षा में पूछे जाने वाले सवाल पहले से ही सपने में दिख जाते हैं और उसे अपनी पढ़ाई में कोई समस्या नहीं है। एक बार उसने एक अंदरूनी आवाज़ सुनी, जिसने उसे आई चिंग या बुक ऑफ़ चेंजेस पढ़ने को कहा। इसे पढ़ने के बाद उसने कहा कि यह आत्म-अन्वेषण में बहुत मददगार साबित हुई।

एक टापू पर एक बहुत दौलतमंद महिला ने उससे अपनी तरफ़ से आई चिंग पढ़ने को कहा। वह जानना चाहती थी: ‘क्या यह मेरे लिए समझदारी भरा रास्ता होगा कि मैं वह बड़ा ऑपरेशन करा लूँ, जिसकी सलाह दी गई है?’ उसे हेक्साग्राम 30 मिला, जकड़ना/अग्नि। जजमेंट ने कहा: ‘गायों की देखभाल से क़िस्मत अच्छी होती है।’

उसने उस महिला को समझाया कि चीनी प्रतीकवाद में गाय का क्या अर्थ होता है। गायें शांत प्राणी होती हैं, जिन्हें देखभाल की ज़रूरत होती है और इसका मतलब है कि गाय (अवचेतन मन) की देखभाल करके ख़ुशक़िस्मती हासिल की जा सकती है। महिला ने कहा कि वह द्वेष, दमित क्रोध और शत्रुता से भरी हुई थी। उसने उन सभी लोगों की सूची बनाई, जिनसे वह द्वेष करती थी और नफ़रत करती थी और उन पर नियामतें, प्रेम और सद्भाव छिड़कने लगी। उसने विनाशकारी विचार और भावनाएँ रखने के लिए ख़ुद को भी क्षमा कर दिया। अपने अवचेतन मन (गाय की देखभाल करके) को जीवनदायी विचारचित्रों से भरने पर उसे उल्लेखनीय स्वास्थ्यलाभ हुआ। महिला ने उस विद्यार्थी को पुरस्कार स्वरूप आगामी अध्ययन के लिए 5,000 डॉलर का तोहफ़ा दिया। इस चीनी विद्यार्थी ने खोजा कि उसके भीतर ईश्वर की महिमा आदतन आध्यात्मिक साहचर्य में है।

चरित्र निर्माण के लिए आदत अनिवार्य है। शाश्वत सत्यों पर मनन आवश्यक है। जब हम ऐसा करते हैं, तो हम वह बन जाते हैं, जैसा हम जीवन के सभी पहलुओं पर विचार, शब्द या कार्य में मनन करते हैं।

प्रार्थना आपके हृदय की भी इच्छा है

जब आप बीमार होते हैं, तो आप स्वास्थ्य की इच्छा रखते हैं। जब ग़रीब होते हैं, तो दौलत की इच्छा रखते हैं। जब भूखे होते हैं, तो भोजन की इच्छा रखते हैं। और अगर प्यासे होते हैं, तो आप अपनी प्यास बुझाने के लिए पानी की इच्छा रखते हैं। यदि आप जंगल में खो गए हैं, तो आप घर का रास्ता जानने की इच्छा रखते हैं। आप ख़ुद को व्यक्त करने की इच्छा रखते हैं, साथ ही जीवन में अपनी सच्ची जगह पाने की भी इच्छा रखते हैं। आपकी इच्छा आपके भीतर जीवन की आकांक्षा है और आपको अपने जीवन में एक ख़ालीपन की याद दिलाती है, जिसे आपको भरना चाहिए। यदि आप आविष्कारक हैं, तो आपकी इच्छा यह होगी कि आप अपने आविष्कार का पेटेंट कराकर बाज़ार में उतार दें। आपके मन में प्रेम पाने, चाहे जाने, ज़रूरत होने और मानवता के लिए उपयोगी बनने की इच्छा होती है।

इच्छा ही सारी भावना और कार्य का कारण है। यह वह जीवन सिद्धांत है, जो आपके ज़रिये ज़्यादा उच्च स्तर पर ख़ुद को व्यक्त करना चाह रहा है।

इच्छा जीवन है, जो ख़ुद को साकार करना चाह रहा है, जो अब तक केवल आपके मन में विचार-चित्र के रूप में मौजूद है। इच्छा ही सारी चीज़ों के पीछे की शक्ति है; यही सृष्टि को चलाने वाला सिद्धांत है।

याद रखें, आपकी इच्छा का पूर्णता से पारस्परिक संबंध है। इच्छा और पूर्णता को कुछ हद तक कारण और परिणाम की तरह माना जा सकता है। वे सभी धन्य हैं, जो सही काम करने के लिए भूखे-प्यासे हैं, सही सोचते हैं, सही करते हैं, सही बनते हैं और स्वर्णिम नियम तथा प्रेम के नियम के अनुसार सही जीते हैं।

उसने ईश्वर के लिए मार्ग और माध्यम बनने का निर्णय लिया

कई महीने पहले मुझे एक अँग्रेज़ अभिनेत्री का पत्र मिला, जो कई महीनों से बेकार थी और उसके लिए सारे दरवाज़े बंद नज़र आ रहे थे। मैंने उसे सुझाव दिया कि वह अपने भीतर की ईश्वरीय उपस्थिति के साथ सही संबंध स्थापित करे और दैवी उपस्थिति को अपने माध्यम से प्रवाहित होने दे, इसके ज़रिये ख़ुद को बुद्धिमत्ता और शक्ति द्वारा सभी तरीक़ों से निर्देशित होने की अनुमति दे।

उसने अपने उच्चतर स्वरूप से इस तरह बात की और दावा किया :

> मैं अपने भीतर की ईश्वरीय प्रज्ञा के सामने समर्पण करती हूँ और मैं जानती हूँ कि ईश्वर सद्भाव, सच्ची अभिव्यक्ति, सौंदर्य, सही कार्य और दैवी गतिविधि के रूप में मेरे ज़रिये प्रवाहित होता है। मैं जानती हूँ कि मुझे बस एक खुला माध्यम बनना है और उसके जीवन, प्रेम, सद्भाव और सृजनात्मक विचारों को अपने ज़रिये प्रवाहित होने देना है।

इस नए मानसिक नज़रिये का अनुसरण करने पर उसे फ़्रांस में एक फ़िल्म में रोल मिल गया और फिर इटली में एक और फ़िल्म में। अब वह लंदन में टीवी पर सक्रिय है। उसके लिए सारे दरवाज़े खुल चुके हैं। वह डर, चिंता और अत्यधिक तनाव द्वारा अपनी भलाई की राह में अवरोध डाल रही थी, जो वैसा ही है जैसे बगीचे में पानी देते समय आप अपना पैर पाइप पर रख दें। प्रार्थना सुनने वाला कान है, यानी हमें यह अहसास करने के लिए सच्चाई को सुनना चाहिए कि जिस ईश्वर ने हमें एक ख़ास गुण दिया है, वह इसे प्रकट करने की आदर्श योजना भी उजागर करेगा। हमें एक खुला और ग्रहणशील हृदय रखना चाहिए और दैवी जीवन के अंतर्प्रवाह को अपने ज़रिये प्रवाहित होने देना चाहिए, यह अहसास करते हुए कि ईश्वर के लिए हमारे जीवन में सद्भाव, स्वास्थ्य, शांति, समृद्धि, सच्ची अभिव्यक्ति और प्रेम बनना उतना ही आसान है, जितना कि घास का तिनका या बर्फ़ का कण बनना है।

किस तरह प्रार्थना ने उसकी भावनात्मक समस्या का इलाज किया

जब मैं यह अध्याय लिख रहा था, तो एक महिला ने अपने हृदय रोग विशेषज्ञ के क्लीनिक से मुझे फ़ोन किया और कहा कि डॉक्टर ने उसे बताया है कि उसका हृदय सामान्य है और उसकी कभी-कभार की ऐंठन विशुद्ध भावनात्मक थी। वह इस बात को लेकर अतार्किक रूप से चिंतित थी कि कोई उसके ख़िलाफ़ काला जादू कर रहा था।

मेरे आग्रह पर बाद में वह मुझसे मिलने आई और मैंने उसे बताया कि वह शक्ति किसी दूसरे के हाथों में दे रही थी, जबकि एकमात्र शक्ति उसके भीतर की जीवंत आत्मा थी, जो एक और अविभाजित है। मैंने कहा कि सर्वशक्तिमान और सर्वज्ञाता का विरोध करने के लिए कुछ है ही नहीं; दरअसल उसके डर के विचार ही उसे कष्ट पहुँचा रहे हैं।

मैंने सुझाव दिया कि वह चतुराई से और सूक्ष्म तरीक़े से अपने दिमाग़ में 27वें स्त्रोत की सामग्री को तब तक भरती रहे, जब तक कि उसे झूठे विचारों से मुक्ति न मिल जाए। एक सप्ताह में उसकी ऐंठन ख़त्म हो गई। उसने स्त्रोत के महान सत्यों को बार-बार दोहराकर विस्थापन के महान नियम का अभ्यास किया, जब तक कि उसके मन ने सच्चाई को जकड़कर उसे मुक्त नहीं कर दिया।

इसे कैसे करना है, इसका एक सरल उदाहरण देखें: गंदे पानी की एक बोतल लें और उसके मुँह में बूँद-बूँद साफ़ पानी टपकने दें। ऐसा पल हमेशा आता है, जब आपके पास साफ़ पानी से भरी बोतल होगी।

स्मरणीय बिंदु...

1. आपका अवचेतन सारे समय आपकी रक्षा करना चाहता है, लेकिन आपको इसकी आंतरिक प्रेरणाओं, आभासों और आकांक्षाओं को सुनना होता है। अक्सर किसी ख़ास समस्या का जवाब आपको एक बहुत स्पष्ट स्वप्न में मिलेगा, जो आपके लिए बहुत सार्थक साबित होता है। एक महिला ने कहा था कि उसके मृत पति ने उसे सपने में गैस जेट चालू होने की चेतावनी दी थी। यह उसके अवचेतन मन का नाटकीयकरण था और यह सुरक्षा के 91 वें स्त्रोत के ज़रिये रात्रिकालीन प्रार्थना पर उसके मन की प्रतिक्रिया थी।

2. जब आप प्रार्थना करें, तो अपनी सारी चिंताओं और मुश्किलों पर ध्यान केंद्रित न करें। समाधान पर केंद्रित रहें और जान लें कि आपके अवचेतन की बुद्धिमत्ता जवाब या समाधान ऐसे तरीक़ों से उजागर कर देगी, जिनके बारे में आप कुछ नहीं जानते हैं। सकारात्मक मानसिक नज़रिया कायम रखें। जब डर आए, तो ईश्वर और सभी अच्छी चीज़ों में आस्था रखकर डर को हटा दें।

3. अपने सभी कार्यों में दैवी मार्गदर्शन और सही क्रिया के लिए नियमित प्रार्थना करना एक अच्छी आदत है। यदि आप बाइबल या आई चिंग के रहस्यों के विद्यार्थी हैं, तो आप पाएँगे कि अक्सर आपका अवचेतन प्रोवर्ब्स के किसी वाक्यांश से जवाब दे सकता है या कोई ख़ास हेक्साग्राम बता सकता है, जो आदर्श जवाब देता है।

4. एक विद्यार्थी को अपने सवाल के जवाब में सपने में सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग का 30वाँ हेक्साग्राम दिखा। क्या उसे धर्म का अध्ययन करना चाहिए? हेक्साग्राम के साथ जुड़े निर्देश ने कहा: और इज़राइल का प्रकाश अग्नि के लिए होगा। - इसाइया 10:17। बाइबल और आई चिंग में अग्नि का अर्थ प्रकाश और उद्दीपन है, जिससे उसे दूसरों पर प्रकाश या प्रेरणा डालने के लिए निर्देशित किया गया। अब वह मानसिक और आध्यात्मिक नियमों का अध्ययन कर रही है तथा बहुत ख़ुश है।

5. एक चीनी विद्यार्थी अपने उच्चतर स्व के साथ अक्सर संवाद करता है। उसकी नीति सरल है: ‘पिता, आप परम बुद्धिमान हैं। मेरे सामने जवाब उजागर करें, पढ़ाई में मेरा मार्गदर्शन करें और मुझे बताएँ कि क्या करना है।’ कई बार उसे नींद में ही उन सारे सवालों की मानसिक झलकी दिख जाती है, जो उसकी परीक्षा में आने वाले रहते हैं।

वह आई चिंग के प्रतीकात्मक अर्थ में प्रेरणा और जानकारी पाता है, जिससे उसे काफ़ी पैसा कमाने में भी मदद मिली है।

6. प्रार्थना आत्मा की सच्ची इच्छा है; इच्छा समूची भावनाओं और कार्यों का कारण है। यह वह जीवन-सिद्धांत है, जो आपके ज़रिये उच्चतर स्वरूपों पर ख़ुद को व्यक्त करना चाहता है। दावा करें कि आपके भीतर का जीवन-सिद्धांत, जिसने आपको इच्छा दी है, दैवी योजना में इसकी अभिव्यक्ति की आदर्श योजना प्रदान करता है। इसके बाद आपका अवचेतन इसकी परिणिति की आदर्श योजना उजागर कर देगा।

7. जब आप बेरोज़गार हों, तो अपने भीतर की ईश्वर-उपस्थिति के प्रति समर्पण कर दें और अपने ज़रिये ईश्वर के प्रवाह के लिए खुले और ग्रहणशील माध्यम बनने का निर्णय लें। ख़ुद से कहें, 'ईश्वर सद्‌भाव, सौंदर्य, शांति, सही कार्य, सच्ची अभिव्यक्ति और समृद्धि के रूप में मेरे ज़रिये प्रवाहित होता है। मैं जानता हूँ कि मेरे जीवन में ईश्वर के लिए ये सारी चीज़ें बनना उतना ही आसान है, जितना कि घास का तिनका या बर्फ़ का कण बनना है।' जब आप इसकी आदत डाल लेंगे, तो आपके लिए सारे दरवाज़े खुल जाएँगे। अपना पैर पाइप पर से हटा लें और पानी को खुलकर बहने दें।

8. यदि आपके पास गंदे पानी की बोतल हो और आप बोतल के मुँह में साफ़ पानी बूँद-बूँद टपकने दें, तो एक पल आएगा, जब पूरी बोतल में साफ़ पानी होगा। इसी तरह, जब आपके पास डर की भावनात्मक ऐंठन हो, तो आप इन अद्‌भुत सत्यों से अपने दिमाग़ को भरने के लिए 27वें स्त्रोत के महान सत्यों का इस्तेमाल कर सकते हैं। डर के विचार ख़ारिज हो जाएँगे - आपकी मानसिक शांति सुनिश्चित करने के लिए दरअसल वे नष्ट हो जाएँगे। यह विस्थापन का महान नियम है।

9

प्रार्थना के चार-आयामी जवाब के रूप में टेलीसाइकिक्स का इस्तेमाल कैसे करें

युगों-युगों से मनुष्य अपने सपनों से मंत्रमुग्ध रहा है और चकराता रहा है। प्राचीन युग में लोग मानते थे कि सपने ईश्वर के संदेश हैं और आत्मा की सुदूर स्थानों की यात्राएँ हैं। जीवन का चौथा आयाम वह स्थान है, जिसकी ओर आप नींद में हर रात यात्रा करते हैं।

19वीं सदी में कई विद्वान मानते थे कि सपने केवल दमित इच्छाओं की अभिव्यक्ति हैं, इच्छाओं की पूर्ति हैं, यौन दमन व अन्य ग्रंथियों के नाटकीयकरण हैं। कार्ल युंग और सिगमंड फ़्रॉयड मानते थे कि सारे सपनों का एक आंतरिक अर्थ होता है और वे आंतरिक इच्छाओं, आकांक्षाओं तथा कुंठाओं के नाटकीयकरण के रूप में महत्त्वपूर्ण थे।

बहरहाल, विभिन्न धर्मों और संस्कृतियों के लोगों के साथ बातचीत, चर्चाओं और पत्राचार में मैंने पाया है कि कई लोग कई बार सचमुच ऐसे स्वप्न देखते हैं, जिनमें उन्हें अपनी सबसे गंभीर समस्याओं के जवाब मिल जाते हैं।

सपने की बदौलत उसे एक खोया हीरा मिल गया

हाल ही में मैंने एक महिला के साथ बात की, जिसने कहा, 'आप कल्पना कर सकते हैं कि मुझे कैसा महसूस हुआ होगा, जब डॉक्टर के क्लीनिक में अपना दस्ताना उतारने पर मुझे अपनी पाँच कैरेट की हीरे की अँगूठी ग़ायब मिली।' उसने कहा कि उसने हर जगह अंधाधुंध तलाश की - फ़ुटपाथ पर, कार में, घर पर और बगीचे में। उसे लग रहा था, मानो वह घास के ढेर में सुई की तलाश कर रही थी।

मैंने उसे सुझाव दिया कि वह एक बहुत सरल लेकिन बहुत प्राचीन और आज़माई हुई तकनीक पर चले: उसे यह कल्पना करनी थी कि वह अँगूठी पहने हुए थी और उसे इसका ठोसपन, मूर्तता तथा स्वाभाविकता महसूस करनी थी। अपनी कल्पना में उसे रात को अँगूठी उतारकर अपने ज्वेलरी बॉक्स में रखनी थी, जैसा वह हर रात सोने से पहले करने की आदी थी। यह सब काम कल्पना में होना था। जब उसका सिर तकिये पर टिके, तो उसे अपनी प्रिय

प्रार्थना के साथ लोरी की तरह सोना था, 'आपको धन्यवाद, परम पिता,' जिसका मतलब उसके लिए यह था कि वह अपनी अँगूठी की वापसी के लिए कृतज्ञ थी, यह जानते हुए कि ईश्वर के मस्तिष्क में कुछ भी नहीं खोता है।

तीसरी रात को गहरी नींद में उसने अपनी अँगूठी स्पष्टता से नौकरानी के कमरे में देखी। यह एक क़ागज़ में लिपटी हुई थी और नौकरानी के एक पुराने जूते में छिपी हुई थी। वह अचानक जाग गई और अपनी नौकरानी के बेडरूम में गई। हीरे की अँगूठी सपने में बताई गई जगह पर ही मिली। नौकरानी ने यह नाटक किया कि वह इस बारे में कुछ नहीं जानती और उसे नहीं पता कि यह अँगूठी उसके जूते में कैसे पहुँच गई। उस दिन बाद में उसने स्वीकार किया कि उसने वह अँगूठी उठाई थी, साथ ही काफ़ी मूल्यवान 50 दुर्लभ सिक्के भी चुराए थे।

किस तरह एक बच्चे ने अपनी ज़िंदगी बदल ली

स्कूल की एक शिक्षिका कई सालों से एक नास्तिक से विवाहित थी। हालाँकि वह उसके कई विचारों से सहमत थी, लेकिन उसने ख़ुद को गहन डिप्रेशन की अवस्था में पाया। वह अपने मनोचिकित्सक द्वारा बताई तनावशामक दवाएँ ले रही थी। वह एक कॉन्वेंट में बड़ी हुई थी, इसलिए वह गहरी धार्मिक थी। बहरहाल, उसकी शादी के बाद उसके पति ने सारे धार्मिक विश्वासों का मखौल उड़ाया, साथ ही दावा किया कि हम सभी अणुओं के संगम थे, कि हमारे मस्तिष्क विचार आदि उत्पन्न करते थे। उसने शांति क़ायम रखने के लिए अपने पति के विश्वासों के प्रति मौखिक सहमति दी, लेकिन उसे दिल में उन पर भरोसा नहीं था। जब दवाओं का प्रभाव खत्म हुआ, तो उसे पता चला कि उसे ये जीवन भर लेनी पड़ेंगी। यही नहीं, उनके कई विपरीत परिणाम भी हुए और उसे यह जानकारी मिली कि समस्या उसके शरीर में नहीं, मन में थी।

उसने कहा कि एक सुबह उसने रेडियो पर केआईईवी लगाकर मेरा व्याख्यान सुना। मैं आध्यात्मिक समझ से रहित मस्तिष्क के बारे में बोल रहा था और मैंने बताया कि सभी तरह के मलबे, झूठे ज्ञान और विभिन्न वाद मानसिक और भावनात्मक बीमारी कैसे उत्पन्न करते हैं। वह दो सप्ताह तक हर सुबह मेरा व्याख्यान सुनती रही। फिर तीसरे सप्ताह के दौरान सात रातों तक हर रात उसे एक बहुत स्पष्ट सपना आया, जिसमें एक छोटा लड़का उसके सामने प्रकट हुआ, जिसके सिर के चारों ओर आभामंडल था, और उसने उसे अपने पास आने का इशारा किया। जब वह उससे मिलने और उसे गले लगाने गई, तो वह दूर भाग गया - सपने में वह उसे नहीं पकड़ पाई। यह सिलसिला हर रात को दोहराया जाता था। सातवीं रात को उस बच्चे ने उससे कहा, 'जब आप मुझे पकड़ लेंगी, तो आपका इलाज हो

जाएगा,’ और यह कहकर वह ग़ायब हो गया।

मैंने उसे बताया कि कार्ल युंग ने शोध में यह पता लगाया था कि प्रजाति के सामूहिक अवचेतन में कई आदिकालीन चित्र होते हैं, जो हर जगह के सभी लोगों में आम होते हैं। उनके शोध ने उजागर किया कि सभी युगों और देशों में रहने वाले लोग सपने में ‘चमकीले बच्चे’, ‘संत या बुद्धिमान व्यक्ति’, मैडोना, माँ की आकृति, वृत्त, क्रॉस, सर्प, मंडल (वृत्त के भीतर चतुर्भुज), सफ़ेद गुलाब साथ ही कई अन्य प्रतीक देखते हैं।

सिर के चारों ओर आभामंडल वाला चमकीला बच्चा एक आदिकालीन छवि था, जो उसे दोबारा ईश्वर की ओर बुला रही थी। दैवी उपस्थिति, अंदर वास करने वाली शक्ति या आध्यात्मिक विचार का ज़िक्र बाइबल में एक बच्चे के रूप में किया गया है। आपके भीतर इस शक्ति की चेतन जागरूकता, साथ ही इससे संपर्क करने और इसका इस्तेमाल करने का आपका निर्णय बच्चे का जन्म है।

सहज बोध से वह जान गई कि आभामंडल (प्रकाश या जगमगाहट के प्रतीक) के साथ बच्चे के प्रकट होने का मतलब था कि उसे अपने भीतर के ईश्वरीय स्व के संपर्क में लौटना था और उसने ठीक यही किया। जब बच्चा दोबारा प्रकट हुआ, तो वह उसे गले लगाने में समर्थ हुई।

उसने जिस पहली पुस्तक का अध्ययन किया, वह थी द पावर ऑफ़ यॉर सबकॉन्शस माइंड, जिसके अध्ययन और अमल ने उसकी पूरी ज़िंदगी बदल दी। उसने विवाह तोड़ दिया, जो दरअसल विवाह था ही नहीं, बल्कि एक मज़ाक़ और धोखा था।

उसने अकेलेपन का जवाब कैसे खोजा

एक विधवा बहुत निराश थी और जैसा उसने बताया, अकेलेपन के कारण पगला रही थी, क्योंकि उसके पति और दो बच्चे एक दुर्घटना में चल बसे थे। उसे अपने अकेलेपन का जवाब 23वें स्त्रोत के सत्यों पर मनन करने से मिला, जो उसने दिन में दो-तीन बार किया।

एक रात उसने एक आंतरिक आवाज़ सुनी। उसे याद नहीं है कि वह उस वक़्त सो रही थी या जाग रही थी। उसने उस आवाज़ को स्पष्टता से कहते सुना, ‘दूसरे लोगों के जीवन की ज़रूरतें पूरी करो।’ जब वह चौंककर जागी - अपनी निराशा और उदासी से बाहर निकलने के लिए - तो उसने ख़ुद से कहा, मैं एक नर्स हूँ, मैं यही काम करने जा रही हूँ।

अगले दिन वह वेटरन्स हॉस्पिटल में कई लोगों से मिली। उसने कुछ के लिए पत्र लिखे, कुछ से तसल्ली भरे शब्द कहे और दूसरों के लिए स्त्रोत पढ़े। यह सिलसिला एक सप्ताह तक जारी रहा। वह प्रेम और करुणा की प्रतीक बन गई। सभी रोगियों ने आनंद के

साथ उसका स्वागत किया। वह नर्स का काम करने लगी और अब वह अपने संपर्क में आने वाले सभी लोगों को विश्वास और आस्था से सराबोर कर देती है। अब वह किसी ज़रूरत को सचमुच पूरा कर रही है। जो आवाज़ उसने सुनी थी, वह उसके अंतर्बोध की आवाज़ थी: अवचेतन की आंतरिक प्रेरणाएँ, जो अक्सर आवाज़ के रूप में प्रकट होती हैं, जिन्हें उस व्यक्ति के अलावा कोई दूसरा नहीं सुन सकता।

हज़ारों साल पहले उपनिषदों ने सिखाया था कि 'मनुष्य अपने सपने में एक सृजनकार बन जाता है।' रॉबर्ट लुइस स्टीवेंसन मनुष्य की द्वैत प्रकृति पर मनन कर रहे थे, जिससे वे चकरा रहे थे। उन्हें उनके अवचेतन मन से प्रकट हुए एक सपने में वह कथानक दिखाया गया, जिससे उन्होंने डॉ. जेकिल एंड मि. हाइड की रचना की।

इसी तरह इलियास होव सिलाई मशीन को आदर्श बनाने में भारी मुश्किल का सामना कर रहे थे। लेकिन समाधान पर मनन करते समय उनके अवचेतन ने एक सपने में प्रतिक्रिया की और उन्हें सटीकता से दिखाया कि सुई में छेद कहाँ रखना है।

उसका अदृश्य साझेदार

मेरा एक पुराना मित्र है, जो असाधारण रूप से सफल है और अक्सर 5 लाख डॉलर से ज़्यादा के स्टॉक और बॉण्ड ख़रीदता है। उसने एक बार मुझसे कहा था, 'आप जानते हैं मर्फ़ी, 5 लाख डॉलर तो मेरे निवेश की बाल्टी की एक बूँद की तरह हैं।' इस आदमी ने मुझे बताया कि उसका पूरा जीवन एक अदृश्य मार्गदर्शक द्वारा संचालित था। वह एक आंतरिक आवाज़ सुनता है, जो कुछ निवेशों के लिए हाँ कहती है और बा़कियों को 'नहीं' कह देती है। बचपन से ही उसकी सतत प्रार्थना यह थी: 'मैं किसी बुराई से नहीं डरूँगा: क्योंकि तुम मेरे साथ हो' ईश्वर मेरा अदृश्य साझेदार और मार्गदर्शक है। मैं एक आंतरिक आवाज़ सुनता हूँ, जो स्पष्टता से मुझसे कहती है, 'हाँ, हाँ और नहीं, नहीं।'

ज़ाहिर है, उसने अपने अवचेतन मन को इतना अनुकूलित कर लिया है कि वह आंतरिक प्रेरणा और चेतावनियों को अंदरूनी आवाज़ के रूप में सुनता है, जो उसके सिवा कोई दूसरा नहीं सुन सकता। यह अतीन्द्रिय श्रवण या अपने ज़्यादा गहरे मन के विचारों को स्पष्टता से सुनना है।

किस तरह एक शराबी ने आंतरिक शांति और स्वतंत्रता पाई

कुछ महीने पहले मैंने एक शराबी से बात की, जिसकी पत्नी और बेटे कैंसर से मर गए थे। वह बहुत निराश और दुखी था। मैंने उसे समझाया कि शराब छोड़ने की उसकी सच्ची इच्छा

उपचार में पहला क़दम थी, जिससे वह सहमत हो गया। अगला क़दम यह अहसास करना था कि उसके भीतर एक व्यक्तिपरक शक्ति थी, जो शराब पीने की सारी लालसा मिटा देगी और उसे इस आदत से आज़ाद होने के लिए मजबूर करेगी।

मैंने सुझाव दिया कि वह दिन में कई बार एक सरल तकनीक पर अमल करे। इसमें यह कल्पना करना शामिल था कि मैं उसे उसकी मानसिक शांति और संयम पर बधाई दे रहा था। वह लगभग दो सप्ताह तक, दिन में तीन बार लगभग पाँच मिनट तक ऐसा करता रहा। एक रात जब वह सोया हुआ था, तो उसकी पत्नी और दो बेटे उसे नज़र आए और उन्होंने उससे कहा, 'डैडी, हम चाहते हैं कि आप जीवित रहें। हम आपसे प्रेम करते हैं। हम ख़ुश हैं और एक नया जीवन जी रहे हैं। हमारे लिए शोक न करें।'

इस सपने का उस पर गहरा असर हुआ और उसका तुरंत उपचार हो गया। उसने मुझसे कहा, 'मैं अब स्वतंत्र हूँ! मेरे पास ऐसी मानसिक शांति है, जिसका अनुभव मुझे पहले कभी नहीं हुआ। मैं कृतज्ञ हूँ।'

बाइबल कहती है: ख़ुद को इसी समय उससे परिचित कराओ और शांति में रहो - जॉब 22:21। इस आदमी ने अपना परिचय अपने विचार और कल्पना की शक्ति से करा लिया था। उसके अवचेतन ने तुरंत स्वतंत्रता और मानसिक शांति देकर प्रतिक्रिया की।

कैसे उसने वियतनाम में जंगल से बाहर निकलने का रास्ता खोजा

हाल ही में मैंने एक युवा सर्जेन्ट से बातचीत की। उसके विमान में आग लग गई थी और उसे दूसरों के साथ विमान से बाहर निकलना पड़ा था। उसने ख़ुद को जंगल में पाया और वह बुरी तरह रास्ता भटक गया था। उसे अपने साथियों का नामोनिशान नहीं मिला। फिर उसने ख़ुद से वे शब्द कहे, जो उसे याद थे, जो रक्षा का महान स्त्रोत है :

> मैं ईश्वर से कहूँगा, वह मेरा आश्रय है और मेरा दुर्ग है: मेरा ईश्वर; मैं उस पर भरोसा करूँगा।

उसने टिप्पणी की कि जब उसने स्त्रोत की यह पंक्ति दोहराई, तो सारा डर ग़ायब हो गया और एक बहुत अजीब चीज़ हुई। उसका भाई, जो एक साल पहले युद्ध में मारा गया था, अचानक पूरी युनिफ़ॉर्म में उसके सामने प्रकट हुआ और उससे बोला, 'मेरे पीछे आओ।' वह उसे पहाड़ी के कोने तक ले गया और उससे बोला, 'सुबह तक यहीं रुके रहो और तुम सुरक्षित रहोगे।' फिर वह ग़ायब हो गया। अगली सुबह भोर होने पर एक गश्ती दल ने उसे खोज लिया और विमान द्वारा कैंप पहुँचा दिया।

यह आदमी अपने डर से उबरा और उसके अवचेतन ने उसके भाई की छवि के ज़रिये

प्रतिक्रिया की, यह जानते हुए कि वह तुरंत आज्ञापालन करेगा और अपने भाई का अनुसरण करेगा। उसका अवचेतन यह भी जानता था कि गश्ती दल कहाँ था और यह जानता था कि वह सुरक्षित रहेगा।

अवचेतन के तरीक़े हमारी समझ से परे हैं। याद रखें, आपका अवचेतन मन आस्था की आपकी प्रार्थना पर अपने ख़ुद के तरीक़े से प्रतिक्रिया करता है।

आपकी आस्था के अनुरूप ही आपके साथ किया जाएगा।

स्पष्टीकरण, जिसने उसे आत्महत्या से बचा लिया

एक निराश माँ थी, जिसने वियतनाम युद्ध में अपने दो बेटे खो दिए थे। उसने मुझसे पूछा कि उसे आत्महत्या क्यों नहीं करनी चाहिए। मेरा स्पष्टीकरण बहुत आसान था: 'समस्या आपके मन में है। आप एक मानसिक और आध्यात्मिक प्राणी हैं। आप केवल शरीर नहीं हैं। आपका शरीर आपके मन में एक विचार है। आपके पास अनंत काल तक शरीर रहेंगे। आप लॉस एंजेलिस छोड़कर और बॉस्टन की ओर भागकर किसी समस्या को नहीं सुलझा सकतीं। आप जहाँ भी जाती हैं, अपने मन को साथ ले जाती हैं। किसी पुल से छलाँग लगाने से कुछ भी हल नहीं होता। आप अपने मन में समस्या का सामना करती हैं और इसे वहाँ सुलझाती हैं। आप किसी भी समस्या से ज़्यादा बड़ी हैं।'

मैंने उसे बताया कि कोई भी अपना वर्तमान शरीर छोड़कर हज़ारों मीलों की यात्रा कर सकता है। यही नहीं, शरीर के बाहर भी उनकी दृश्यात्मक, श्रव्यात्मक और स्पर्श संबंधी क्षमताएँ मौजूद रहेंगी। वे देख सकते हैं और उन्हें देखा जा सकता है; वे बंद दरवाज़ों से भी दाख़िल हो सकते हैं, अपने आस-पास की हर चीज़ को देख सकते हैं। साथ ही, वे अपने घर में बिस्तर पर अपने ख़ुद के शरीर को भी देख सकते हैं। उन्होंने एक चार-आयामी शरीर धारण कर लिया है, जिसे कई बार एस्ट्रल या सूक्ष्म शरीर भी कहा जाता है।

मैंने इस तथ्य को विस्तार से बताया कि वैज्ञानिकों ने लोगों की अ-शरीर यात्राओं के बारे में लिखा है। मैंने ड्यूक युनिवर्सिटी में डॉ. जे बी राइन के पूर्व सहयोगी डॉ. हॉर्नेल हार्ट के प्रयोगों और शोध का वर्णन किया, जिन्होंने शरीर के बाहर लोगों के अनुभवों के बहुत सारे प्रकरणों की जाँच की थी।

इस महिला को अंतर्बोध और बौद्धिक रूप से यह अहसास होने लगा कि शरीर के बाहर उसे उन्हीं समस्याओं का सामना करना होगा, जो उसके पास थीं, क्योंकि सूक्ष्म शरीर, हालाँकि यह कहीं ज़्यादा रहस्यमय है, किसी तरह की समस्याओं को नहीं सुलझाएगा। वह अपने नए शरीर में कुंठित और विकल बनी रहेगी, जो उसके नकारात्मक विचारों और चित्रों

की पुष्टि करेगा।

उसकी आत्महत्या ग्रंथि का कारण स्वतंत्रता और मानसिक शांति की गहन इच्छा था। दरअसल वह जीवन की ज़्यादा बड़ी अभिव्यक्ति चाहती थी, क्योंकि जीवन का कोई वास्तविक अवसान नहीं है। उसकी इच्छा गहरे मानसिक डिप्रेशन और विषाद-रोग की बाधा या मुश्किल से उबरने की थी।

मैंने उसे बताया कि उसके बेटे मन के दूसरे आयाम में काम कर रहे थे। निश्चित रूप से वे उसके प्रेम, शांति, ख़ुशी और सद्भावना के विचारों के हक़दार थे। वे निराशा, दुख और कष्ट की अभिव्यक्ति के हक़दार नहीं थे। खिंचने वाला दुख हमेशा अस्वस्थ स्वार्थ होता है। प्रेम हमेशा मुक्त करता है और दूसरे की ख़ुशी, शांति व कल्याण में आनंद लेता है।

उसने तुरंत काम पर लौटने का निर्णय लिया और अपने बेटों को ईश्वरीय उपस्थिति में समर्पित करने का निर्णय लिया।

जब भी वह उनके बारे में सोचती थी, वह तुरंत दावा करती थी: 'मैं जानती हूँ कि तुम वहीं हो, जहाँ ईश्वर है और उसका प्रेम तुम्हारी आत्मा को भरता है। ईश्वर तुम्हारे साथ रहे।'

जब उसने इस आध्यात्मिक चिकित्सा का अभ्यास किया, तो उसके जीवन में उत्साह लौट आया और उसकी जीवंतता तथा मानसिक शांति दोबारा स्थापित हो गई।

स्मरणीय बिंदु...

1. चौथा आयाम वह जगह है, जहाँ आप हर रात नींद में जाते हैं। सबसे चकराने वाली कई समस्याओं के जवाब आपको सपनों और प्रतीकों में दिए जाते हैं। कई लोग ऐसे सपने देखते हैं, जो सच हो जाते हैं।

2. एक महिला की हीरे की क़ीमती अँगूठी खो गई और कहीं भी नहीं मिली। वह अपनी कल्पना में अँगूठी पहनने लगी, उसने इसकी मूर्तता और स्वाभाविकता को महसूस किया और हर रात सोने से पहले कहा: 'आपको धन्यवाद, परम पिता,' जिसका उसके लिए मतलब था कि उसे वह अँगूठी मिल चुकी है। कुछ रात बाद नींद में उसने अतीन्द्रिय तरीक़े से देखा कि अँगूठी कहाँ थी और उसे यह मिल गई। उसने इसे अपनी नौकरानी के पुराने जूतों में कागज में लिपटा देखा था।

3. एक धार्मिक महिला ने एक नास्तिक से शादी की थी। वह कुंठित थी और अपने पति के प्रति दमित क्रोध की शिकार थी, क्योंकि वह उसके धार्मिक विश्वासों की खिल्ली उड़ाता था। उसका अवचेतन एक सपने में उसकी मदद के लिए आया और उसे 'चमकीला बच्चा' दिखाया, जो उसके भीतर ईश्वर की उपस्थिति की जागरूकता का

प्रतीक था। वह अंतर्बोध से जानती थी कि इसका क्या मतलब था और वह अपने भीतर की दैवी उपस्थिति के साथ विचार और भावना में आंतरिक संवाद की ओर लौटी, जिससे बाद में पूर्ण उपचार हो गया। उसने विवाह को तोड़ दिया, जो दरअसल विवाह था ही नहीं, बल्कि एक मज़ाक़ था; एक धोखा और छलावा था।

4. एक महिला 23वें स्त्रोत पर ध्यान करके अकेलेपन से उबर गई। उसके अवचेतन ने एक आंतरिक आवाज़ के रूप में उससे बात की, जिसने कहा: 'दूसरों के जीवन में किसी आवश्यकता की पूर्ति करो।' नर्स होने के नाते वह काम पर गई और उसने अपने सभी रोगियों को आस्था, प्रेम तथा विश्वास की अद्‌भुत ख़ुराक दी। सारी निराशा और हताशा ग़ायब हो गई। उसे महसूस हुआ कि दूसरों को उसकी ज़रूरत थी, उसे चाहा जाता था, उससे प्रेम किया जाता था और उसकी क़द्र की जाती थी।

5. हज़ारों साल पहले उपनिषदों में लिखा गया था, 'मनुष्य अपने स्वप्न में सृजनकार बन जाता है।' रॉबर्ट लुइस स्टीवेंसन मनुष्य की द्वैत प्रकृति पर मनन कर रहे थे। उन्हें एक सपने में जवाब मिला और एक पुस्तक का कथानक उनके दिमाग़ में आया, जिसे उन्होंने डॉ. जेकिल और मि. हाइड नाम दिया, जो लगभग सभी भाषाओं में अनूदित हो चुकी है।

6. एक मल्टीमिलियनेअर समय-समय पर भारी धनराशि का निवेश करता है। उसने मुझे बताया कि उसका पूरा जीवन एक अदृश्य मार्गदर्शक द्वारा संचालित रहा है। वह एक आंतरिक आवाज़ सुनता है, जो कुछ निवेशों को 'हाँ' कहती है और बाक़ी निवेशों को 'नहीं' कहती है। बरसों से उसने अपने अवचेतन को इस तरह की प्रतिक्रिया करने के लिए अनुकूलित किया है। उसकी सतत प्रार्थना है: ईश्वर (ईश्वरीय प्रज्ञा) मेरा अदृश्य साझेदार और मार्गदर्शक है और मैं आंतरिक आवाज़ को सुनता हूँ, जो मुझसे स्पष्टता से कहती है, 'हाँ, हाँ' और 'नहीं, नहीं।'

7. एक शराबी के मन में इस लत को छोड़ने की सच्ची इच्छा थी और उसका उपचार हो गया, क्योंकि वह एक स्पष्ट निर्णय पर पहुँच गया था। उसके अवचेतन ने उसके निश्चित निर्णय के अनुसार प्रतिक्रिया की। उसने यह कल्पना करने की सरल तकनीक का इस्तेमाल किया कि मैं उसकी स्वतंत्रता, मानसिक शांति पर उसे बधाई दे रहा था। उसने अपना ध्यान स्थिर और शांत कर लिया। वह जानता था कि तनावरहित माहौल में वह जिस मानसिक तस्वीर को भावनामय कर लेगा और सच महसूस करेगा, वह उसके अवचेतन पर अंकित हो जाएगी और साकार होगी। उसके अवचेतन ने काफ़ी नाटकीय और अनूठे तरीक़े से प्रतिक्रिया की: उसकी मृत पत्नी और दोनों बेटे एक सपने में आकर उससे बोले, 'डैडी, हम चाहते हैं कि आप ज़िंदा रहें। हम जहाँ हैं, ख़ुश हैं।' इस चार आयामी जवाब का उस पर गहरा असर हुआ - उसने त्वरित उपचार का अनुभव किया।

8. एक सार्जेन्ट वियतनाम के जंगलों में खो गया था। उसने 91वें स्त्रोत की सिर्फ़ एक पंक्ति का इस्तेमाल करते हुए प्रार्थना की और उसे रास्ता मिल गया।

9. उसके अवचेतन की प्रतिक्रिया अनूठी थी। उसका मृत भाई युनिफ़ॉर्म में उसके सामने प्रकट हुआ और उसे एक सुरक्षित जगह पर ले गया और उसे बताया कि वह वहाँ सुरक्षित रहेगा। गश्ती दल को वह अगली सुबह मिल गया और उसे विमान से कैंप पहुँचा दिया गया। अवचेतन के तरीक़े सचमुच अबूझ होते हैं।

10. एक उदास माँ ने वियतनाम युद्ध में अपने दो बेटे खो दिए थे। उसमें आत्महत्या की ग्रंथि थी और उसे महसूस होता था कि किसी नदी में कूदने से उसका मानसिक डिप्रेशन ठीक हो जाएगा। उसे पता चला कि उसके पास अनंत काल तक शरीर रहेंगे, कि वह सिर्फ़ एक शरीर में ही नहीं रह रही है, बल्कि शरीर उसके मन और आत्मा की अभिव्यक्ति का एक वाहन या विचार है। समस्या उसके मस्तिष्क में थी और आत्महत्या ग्रंथि स्वतंत्रता की उसकी इच्छा थी। यह जीवन के ख़ात्मे की इच्छा नहीं थी, जो दरअसल ख़त्म हो ही नहीं सकता। उसने इस विचार को तुरंत पकड़ लिया कि उसे अपने मन में समस्या का सामना करना है और इसे वहीं सुलझाना है, क्योंकि आप जहाँ भी जाते हैं, अपने मन को साथ ले जाते हैं। उसने अपने बेटे ईश्वर के हवाले कर दिए और उनके प्रति प्रेम, शांति, सद्भाव, स्वतंत्रता तथा ख़ुशी संचारित करके उनकी ख़ातिर नियमित प्रार्थना करने लगी। जब भी वह उनके बारे में सोचती थी, वह एक मौन आशीष देती थी: 'ईश्वर तुमसे प्रेम करता है और तुम्हारी परवाह करता है।' उसकी जीवंतता और मानसिक शांति दोबारा स्थापित हो गईं।

10

टेलीसाइकिक्स आपके मन की ज़्यादा ऊँची शक्तियों को कैसे सक्रिय करती है

यह अध्याय लिखते समय मेरी वायु सेना के एक पूर्व कर्नल से बहुत रोचक बातचीत हुई। उन्होंने मुझे बताया कि कुछ साल पहले उन्होंने स्वर्गीय डॉ. ई. आर. रॉसन का एक कथन पढ़ा था, जिसमें बताया गया था कि उनकी एक महिला विद्यार्थी ने सपने में एक विमान और उसमें बैठे दो लोगों का ठिकाना देखा था। सपने में विमान में आग लग गई थी और दोनों आदमी जलकर मर गए थे। वह एक सहेली को लेकर उस जगह पर गई और उन्होंने मिलकर प्रार्थना की। विमान प्रकट हुआ - उसमें आग लगी, लेकिन दोनों आदमियों को आग छू भी नहीं पाई।

उन्होंने कहा कि इस घटना का उन पर भारी असर हुआ। उन्हें इस बात का अहसास हुआ कि उनके मन में ज़्यादा ऊँची शक्तियाँ थीं, जो किसी भी आग या दूसरी विपत्ति में उन्हें बचा सकती हैं।

उच्चतर स्वरूप के साथ संपर्क ने उनकी जान बचाई

जब कर्नल वियतनाम में उड़ान भर रहे थे, तो उनके विमान में आग लग गई और आसमान में विस्फोट हो गया। आग के बीच में से वे बाहर निकल आए, लेकिन उनके सिर का एक बाल भी नहीं जला। उन्होंने मुझे बताया कि जब उनके विमान में आग लगी, तब वे जानते थे कि वे जल नहीं सकते। उन्होंने अपने सामने प्रदर्शित किया कि मन के उच्चतर आयामों में इंसान जल नहीं सकता - वह सभी नुक़सानों के प्रति अभेद्य हो जाता है। बेशक उन्होंने उस लेख पर मनन करके यह प्रतिरक्षा बनाई थी, जिसमें उन्होंने उन दो महिलाओं के बारे में पढ़ा था, जिन्होंने प्रार्थना करके दो आदमियों को जलते हुए विमान में बचा लिया था।

हिंदू बिना जले आग पर कैसे चलते हैं

जैक केनले ने एनक्वायरर में एक लेख लिखा था, जिसका अंश मैं यहाँ दे रहा हूँ :

> हिंदू फ़कीरों के आश्चर्यजनक करतब ने - जो जलते अंगारों पर नंगे पैर चलकर प्रकृति की अवहेलना करते हैं - इंसानों को सदियों से चकराया है... सिंगापुर में थाइपसैम के वार्षिक समारोह में, जहाँ सैकड़ों लोग जलते हुए अंगारों पर चलते हैं, डॉ. नरसिन्हाला रामास्वामी ने एनक्वायरर को बताया कि उन्होंने 18 सालों से आग पर चलने वालों की जाँच की है और एक को भी जला या घायल नहीं देखा। उन्होंने कहा, 'कारण आंशिक रूप से रहस्यवादी हैं और आंशिक रूप से वैज्ञानिक। रहस्यवादी हिस्सा विश्वास में समाहित होता है। यह मन की शक्ति है। चूँकि वे ख़ुद को बहुत शिद्दत से बताते हैं कि वे दर्द महसूस नहीं करने वाले हैं, इसलिए वे तंद्रा जैसी मानसिक अवस्था में दर्द महसूस नहीं करते हैं।'
>
> सिंगापुर में रहने वाले उन्नीस वर्षीय गोपाल कृष्णन ने एनक्वायरर को बताया: 'पहले हमें उपवास करना होता है। हम मंदिर में सोते हैं और हमारा अपने परिवारों से कोई संपर्क नहीं होता है। सारे समय हम प्रार्थना करते हैं। हम इतनी शिद्दत से प्रार्थना करते हैं कि हम ख़ुद को एक तरह से तंद्रा की अवस्था में ले आते हैं। हमारी आस्था इतनी प्रबल होती है कि यह किसी तरह के दर्द, चोट या बीमारी से हमारी रक्षा करती है।'

अपने विचार को ईश्वरीय शक्ति से कैसे जोड़ें

यह कहा जाता है कि विचार ही संसार पर शासन करता है। रैल्फ़ वॉल्डो एमर्सन ने कहा था, 'विचार केवल उन्हीं लोगों की संपत्ति है, जो इसे सँभाल सकते हैं।' अपने विचारों के प्रति एक स्वस्थ, शालीन सम्मान रखना सीखें। आपका स्वास्थ्य, ख़ुशी, सुरक्षा और रक्षा काफ़ी हद तक वैचारिक शक्ति की आपकी जागरूकता से तय होती है।

विचार वस्तुएँ हैं और इसका मतलब है कि विचार ख़ुद को साकार करते हैं। आपका विचार एक मानसिक कंपन है और एक निश्चित शक्ति है; आपका कार्य आपके व्यक्तिगत विचार की अभिव्यक्ति है; यह विचार का बाहरी और सांसारिक प्रकटीकरण है। यदि आपके विचार बुद्धिमत्तापूर्ण हैं, तो आपके कार्य भी बुद्धिमत्तापूर्ण होंगे। विलियम शेक्सपियर ने अपने नाटक हैमलेट में कहा था, 'हमारे विचार हमारे हैं; उनके परिणाम हमारे नहीं हैं।'

आप जो भी सोचते हैं और सच महसूस करते हैं, आपका अवचेतन उसे साकार कर देगा। आपका विचार और भावना आपकी तक़दीर तय कर देती है। जहाँ तक आपके विचार का संबंध है, भावना का मतलब है रुचि। यही बाइबल के वाक्य का अर्थ है: जैसा वह अपने दिल में सोचता है, वैसा ही वह है।

जब आपकी अपने पेशे, काम या किसी ख़ास कार्य में तीक्ष्ण रुचि होती है, तो आप

सफल होंगे, क्योंकि उसमें आपका हृदय है। आप गहराई से सोच रहे हैं या अपने विचार की वास्तविकता को महसूस कर रहे हैं, जो 'दिल में सोचना' है।

किस तरह एक जासूस ने अपने अवचेतन मन का दोहन किया

क्रूज़ शिप प्रिंसेस कार्ला पर मेरी एक जासूस से बहुत रोचक बातचीत हुई, जिस पर मैंने हायर आस्पेक्ट्स ऑफ़ लिविंग पर एक सेमिनार आयोजित किया। उसने मुझे बताया कि उसे एक पूर्वी शहर में नार्कोटिक्स स्क्वैड में तैनात किया गया था। उसे तीन लोगों पर शक था कि वे भारी मात्रा में कोकीन और हेराइन स्मगलिंग करते हैं, लेकिन उसे और उसके साथियों को कोई प्रमाण नहीं मिल पाया और इस प्रकरण ने उन्हें चकरघिन्नी कर दिया।

एक रात वह समाधान के बारे में सोच रहा था और उसने उस जगह को दिखाने का मार्गदर्शन माँगा, जहाँ वे नशीली दवाएँ रखते थे। वह इन शब्दों के साथ सोने गया: 'मेरा अवचेतन मन मुझे प्रमाण देता है।' उसने अपना सारा ध्यान 'प्रमाण' शब्द पर केंद्रित रखा और एक ही शब्द 'प्रमाण, प्रमाण, प्रमाण' को लोरी की तरह बोलता हुआ सोने गया। उस रात उसे एक बहुत स्पष्ट स्वप्न आया, जिसमें उसने उन तीन आदमियों को एक गैराज में देखा। उसने नाम, पता और नशीली दवाओं का ठिकाना देखा।

वह तुरंत उठा, उसने वॉरंट का इंतज़ाम किया, अपने साथियों को बुलाया और उस जगह पर धावा बोल दिया। उसे कोकेन और हेरोइन ठीक उसी जगह मिली, जहाँ उसने इसे अपने सपने में देखा था। पकड़े गए माल का मूल्य लगभग 30 लाख डॉलर था।

जासूस अपने अवचेतन मन को प्रमाण के विचार से सराबोर करने में सफल हुआ। चूँकि मन केवल निगमनात्मक तरीक़े से तर्क करता है, इसलिए इसने उसे एक आदर्श जवाब दिया। आपके अवचेतन के भीतर ईश्वरीय प्रज्ञा और ईश्वरीय बुद्धिमत्ता है। यह केवल जवाब जानता है।

इस जासूस ने बताया कि उसका अति चेतन मन उसकी रक्षा करता है। अक्सर उसे एक आंतरिक आवाज़ सुनाई देती है, जो उसे बताती है कि कहाँ जाना है और कहाँ नहीं जाना है (अतीन्द्रिय श्रवण: अपने ज़्यादा गहरे मन की आंतरिक प्रेरणाओं को सुनने की क्षमता)। अतिचेतन शब्द का मतलब मैं हूँ या ईश्वर की उपस्थिति है, जो आपका अवचेतन है। इसका मतलब है कि ईश्वर की सारी शक्तियाँ, गुण और पहलू आपके अवचेतन की गहराइयों में हैं। इसलिए जब आप इस पुस्तक में 'अवचेतन मन' पढ़ते हैं, तो यह सबको शामिल करता है और इसका मतलब केवल ईश्वर का नियम ही नहीं है, बल्कि ईश्वर के सारे गुण और शक्तियाँ भी है।

इससे मामला आसान हो जाता है और आप बहुत से शब्दों से दुविधा में नहीं पड़ते हैं,

जैसे चेतन मन, व्यक्तिपरक मन, अचेतन मन, अति चेतन मन, सामूहिक अवचेतन, शाश्वत मन आदि।

कई लोग अतीन्द्रिय श्रोता होते हैं

सुकरात सारे युगों के सबसे बुद्धिमान व्यक्तियों में से एक थे। उन्हें एक आंतरिक आवाज़ ने जीवन भर मार्गदर्शन दिया था - जिसमें उनका अंतर्निहित विश्वास था। ‘यह मत कहना कि सुकरात दफ़न है,’ उन्होंने अपने अनुयायियों से कहा था। ‘यह कहना कि तुमने मेरे शरीर को दफ़नाया है।’ सुकरात समझते थे कि मनुष्य एक मानसिक और आध्यात्मिक अस्तित्व है, कि मनुष्य की आत्मा अमर है - कि जो भी उन्होंने सीखा था, वह अनश्वर है।

आज हम कहेंगे कि सुकरात अतीन्द्रिय श्रवण के धनी थे, क्योंकि वे अक्सर अपने कान में चेतावनी की आवाज़ सुनने का ज़िक्र करते थे। यह बेशक उनके अवचेतन मन का एक आंतरिक आभास था, जो उन्हें नियमित और सुनियोजित रूप से सही चीज़ कहने और करने के लिए प्रेरित करता था।

एक युवा जापानी विद्यार्थी ने मुझे बताया कि वह एक विमान में यात्रा करने वाला था, जिसका लॉस एंजेलिस में अपहरण कर लिया गया, लेकिन उसने स्पष्टता से एक अंदरूनी आवाज़ सुनी, जिसने कहा, ‘मत जाओ।’ उसने इसका पालन किया और ख़ुद को सदमे, विलंब व एक दर्दनाक अनुभव से बचा लिया।

कैसे टेलीसाइकिक्स ने उसकी चिंता की विक्षिप्तता को दूर किया

हाल में, मैंने एक महिला से बातचीत की, जिसने कहा कि उसके डॉक्टर ने उसे बताया था कि वह ‘चिंता की विक्षिप्तता’ से पीड़ित थी, जिसका मतलब रोज़मर्रा की भाषा में दीर्घकालीन चिंता है। मैंने उसे सुझाव दिया कि उसके ज़्यादा ऊँचे स्व के साथ नियमित रूप से संवाद करने पर उसे परिणाम मिल जाएँगे, जो सर्वशक्तिमान परमात्मा या ईश्वर है और जो उसके ख़ुद के अवचेतन मन की गहराइयों में विराजमान है।

मैंने उसे समझाया कि टेलीसाइकिक्स उसके भीतर ईश्वर की सारी शक्तियों से संपर्क करने की प्रक्रिया है और जिस पल वह यह संपर्क करती है, ईश्वर की शक्तियाँ उसके जीवन में सक्रिय और शक्तिशाली बन जाएँगी।

उसने अपनी चिंता की विक्षिप्तता से उबरने के लिए जिस तकनीक का इस्तेमाल किया, वह इस तरह है: वह दिन में तीन-चार बार अपने ज़्यादा ऊँचे स्व से संपर्क करने लगी, यह जानते

हुए कि अपरिहार्य रूप से एक प्रतिक्रिया होगी। उसने नीचे दिए गए सत्यों पर भावना से, अर्थपूर्ण तरीक़े से और जानते हुए दावा किया :

> लेकिन मनुष्य में एक आत्मा है: और सर्वशक्तिमान की प्रेरणा उन्हें समझ देती है यह सर्वशक्तिमान शक्ति मेरे भीतर है और मैं ईश्वर के शाश्वत प्रेम के पवित्र दायरे से घिरी हुई हूँ। ईश्वर की शांति की नदी मेरे ज़रिये प्रवाहित होती है। ईश्वर का प्रेम मेरी आत्मा को भरता है। मेरा मस्तिष्क शांति, संतुलन, आत्मविश्वास और साम्यावस्था से भरा हुआ है। मैं सभी मायनों में दैवी तरीक़े से मार्गदर्शित हूँ। मेरी आस्था और विश्वास ईश्वर में तथा सारी अच्छी चीज़ों में है। मैं सर्वश्रेष्ठ की सुखद अपेक्षा के साथ जीती हूँ। जब भी डर या चिंता के विचार मेरे मन में आते हैं, मैं तुरंत दावा करूँगी, 'मैं ईश्वर को ऊपर उठाऊँगी', क्योंकि ईश्वर ने हमें डर का भाव नहीं दिया है, बल्कि शक्ति, प्रेम और एक अच्छा मस्तिष्क दिया है।

उसने इन सत्यों के साथ मानसिक और भावनात्मक रूप से सामंजस्य किया। उसकी प्रार्थना की प्रक्रिया का रहस्य यह था कि जब चिंता के विचार उसके पास आते थे, तो वह तुरंत उनकी जगह पर ईश्वर के विचार रख लेती थी, जैसे, 'मैं ईश्वर को ऊपर उठाती हूँ।' जब उसने इसकी आदत डाल ली, तो डर और चिंता के विचार ठंडे पड़ गए। वह शांति में रहने लगी। उसने ईश्वर के सत्यों को ग्रहण करके अपनी चिंताओं को जीत लिया, जो कल, आज और हमेशा समान हैं।

कैसे ईश्वर में आस्था ने उसके पति की जान बचाई

मेक्सिको सिटी की हाल की एक यात्रा में मैं एक पुराने मित्र से मिला, जो एक्युपंक्चर का विशेषज्ञ है। रोगियों के साथ उसे 'चमत्कारी परिणाम' मिलते हैं। जब मैं होटल में उसका इंतज़ार कर रहा था, तो एक महिला ने अपना परिचय देते हुए कहा, 'ओह! मैं आपको पहचान गई। आपकी तस्वीर सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग के कवर पर है, जिसका मैं सारे समय इस्तेमाल करती हूँ। यह अद्भुत कृति है।' उसने पूर्व-दर्शन (किसी घटना के होने से पहले उसे देखना) का एक उल्लेखनीय अनुभव बताया।

लगातार दो रातों तक उसने सपने में देखा कि एक आदमी उसके पति पर गोली चलाकर उसे मार रहा था। पहले तो उसने इसे एक बुरा सपना माना और दहशत में जाग गई। उसने सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग से परामर्श लिया और पूछा कि उसे क्या करना चाहिए। उसे हेक्साग्राम 24 में जवाब मिला, जिसने कहा :

वापसी और विश्राम में आपको बचाया जाएगा; शांति और विश्वास में आपकी शक्ति होगी। यदि आप सर्वशक्तिमान की ओर लौटते हैं, तो आपको बनाया जाएगा। इसका मतलब

है कि जब आप ख़ुद को अपने भीतर की ईश्वरीय उपस्थिति के सामंजस्य में ले आते हैं, तो यह शक्ति आपके जीवन में सक्रिय और प्रबल बन जाती है। देवत्व के साथ इस आंतरिक संपर्क में आप उसकी उपस्थिति की शक्ति, मार्गदर्शन और प्रेम महसूस करते हैं।

उसे यह जवाब सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग में मिला, जो अवचेतन मन के आध्यात्मिक साधनों को सक्रिय करने का युगों पुराना चीनी तरीक़ा है। उसने अपना मन बाइबल के कुछ महान सत्यों पर केंद्रित किया, यह जानते हुए कि केवल इसी तरह वह अपने पति की जान बचा सकती है :

> उनके बुलाने से पहले ही मैं जवाब दूँगा; और जब वे बोल रहे होंगे, तभी मैं सुन लूँगा।
> मैं वह ईश्वर हूँ, जो तुम्हारा उपचार करता है।
> जो भी चीज़ें तुम चाहते हो, जब तुम प्रार्थना करते हो, तो यक़ीन करो कि तुम्हें वे मिल रही हैं और वे तुम्हें मिल जाएँगी।

उसने अपने दिमाग़ का लंगर इन अंशों पर डाल लिया, यह जानते हुए कि ईश्वर का प्रेम उसके पति की रखवाली कर रहा है। जब उसने बाइबल के इन सत्यों के साथ अपने मन को सराबोर किया, तो उसे शांति का एक गहरा भाव महसूस हुआ। उसे महसूस हुआ कि ईश्वर का कवच उसके पति को घेरे हुए था।

कुछ दिनों बाद पति ने घर आकर बताया कि एक आदमी ने उस पर तीन गोलियाँ चलाईं, लेकिन हर बार निशाना चूक गया। दूसरे आदमी ने उस पर पिस्तौल तानकर गोली चलाने की कोशिश की, लेकिन यह एक भी बार नहीं चली। यह एक चमत्कारी बचाव था। बेशक पत्नी की त्वरित प्रार्थना ने उसे निश्चित मृत्यु से बचा लिया था। उसे मारने की योजना पहले से ही अवचेतन मन में थी और चूँकि वह अपने पति के मानसिक संपर्क में थी, इसलिए उसने इसे ग्रहण कर लिया। अपने मन की तस्वीर को बदलकर वह ईश्वर की उपस्थिति के ज़रिये यह अहसास कर सकती थी कि उसका पति कहाँ था और वह उसकी जान बचाने में कामयाब हुई।

स्मरणीय बिंदु...

1. जब आप मन के ज़्यादा ऊँचे स्तर पर पहुँच जाते हैं, तो आप सारे नुक़सान से सुरक्षित हो जाते हैं। यह चेतना की बहुत ऊँची अवस्था है, जहाँ आप ईश्वर के सामंजस्य में महसूस करते हैं, जो सर्वशक्तिमान और सर्वज्ञाता है।

2. आप ईश्वर के प्रेम पर लगातार केंद्रित रहकर विनाश के ख़िलाफ़ रक्षाकवच बना लेते

हैं, जो आपको घेरे रहता है। आप वही बन जाते हैं, जिस पर आप मनन करते हैं।

3. भारत में कई परंपराएँ हैं, जहाँ कुछ लोग लाल सुखर् अंगारों पर चलते हैं, लेकिन उन्हें कोई नुक़सान नहीं होता। उनके मस्तिष्क लंबे समय तक ढाले जाते हैं। वे विश्वास करते हैं कि उनकी गहन आस्था उनकी रक्षा कर रही है। उन्हें यह अवचेतन विश्वास होता है कि उन्हें कोई नुक़सान नहीं होगा। उनके इस अंधविश्वास को उनके अवचेतन द्वारा स्वीकार कर लिया जाता है और एक तंद्रा जैसी अवस्था में उन्हें कोई दर्द नहीं होता। इसी तरह, सम्मोहन में अगर आप पर ऑपरेशन किया जाए, तो आपको कोई दर्द महसूस नहीं होगा।

4. विचार संसार पर शासन करता है। मनुष्य वही है, जो वह दिन भर सोचता है। अपने विचारों के प्रति स्वस्थ सम्मान रखें। आपका विचार सृजनात्मक है। यदि आपके विचार बुद्धिमत्तापूर्ण हैं, तो आपके कार्य भी बुद्धिमत्तापूर्ण होंगे।

5. आप जिसे भी सच मानते और महसूस करते हैं, आपका अवचेतन उसे साकार कर देगा। आपके विचार और भावना आपकी तक़दीर का निर्माण करते हैं।

6. एक जासूस ने सोने से पहले एक ही शब्द 'प्रमाण' पर ध्यान केंद्रित किया। उसका अवचेतन जानता था कि उसे कोकीन और हेरोइन के जखीरे का पता-ठिकाना मालूम करने के लिए प्रमाण चाहिए। उसे पूरा विश्वास था कि यह ग़ैर-क़ानूनी भंडार तीन स्मगलरों ने कहीं छिपा रखा था। एक सपने में उसके अवचेतन ने बिलकुल सही पता-ठिकाना उजागर किया और उसने अपनी समस्या सुलझा ली। आपका अवचेतन केवल जवाब जानता है।

7. कई लोगों में सुनने की अतीन्द्रिय क्षमता होती है। सुकरात को जीवन भर एक आंतरिक आवाज़ ने मार्गदर्शन दिया, जिसमें उनका अंतर्निहित विश्वास था। यह बेशक उनके अवचेतन की आंतरिक आवाज़ थी, जिसने उन्हें सही चीज़ करने के लिए प्रेरित किया।

8. मन के नियमों का एक युवा जापानी विद्यार्थी एक विमान पर चढ़ने वाला था, लेकिन उसकी आंतरिक आवाज़ ने कहा, 'मत जाओ।' उसने यह बात मान ली और विमान का बाद में अपहरण हो गया। इस तरह उसने ख़ुद को एक बहुत दर्दनाक और ख़ौफ़नाक अनुभव से बचा लिया।

9. आप महान शाश्वत सत्यों से अपने दिमाग़ को भरकर चिंता से उबर सकते हैं, जो सारे नकारात्मक विचारों को नकार देते हैं और मिटा देते हैं। अगर आप अपने मन को 27वें और 91वें स्त्रोत के सत्यों से सराबोर कर लें, तो आपको शांति मिल जाएगी।

10. एक महिला ने अपनी नींद में पूर्व-दर्शन का अनुभव किया। उसने देखा कि उसके पति को गोली मारी जा रही थी। उसने प्रार्थना की कि ईश्वर का प्रेम, शांति और सद्भाव पति को घेरे हुए है - कि वह वहीं था, जहाँ ईश्वर था और ईश्वर का पूरा रक्षाकवच उसे घेरे हुए था। हालाँकि दो आदमियों ने पति पर सीधे निशाना साधा, लेकिन उसे कोई नुक़सान नहीं हुआ। पत्नी की प्रार्थनाओं ने पति की जान बचा ली।

11

टेलीसाइकिक्स आस्था के जादू को बनाने में किस तरह मदद करती है

आस्था सोचने का एक तरीक़ा है, जिसके द्वारा आप सिद्धांतों और शाश्वत सत्यों के दृष्टिकोण से सोचते हैं। आस्था को इस सृजनात्मक मानसिक नज़रिये या विश्वास और आश्वस्ति के भाव के रूप में देखा जा सकता है कि आप जिस चीज़ की ख़ातिर प्रार्थना कर रहे हैं, वह साकार हो जाएगी। बाइबल की दृष्टि से आस्था का मतलब किसी ख़ास पंथ, संप्रदाय या धार्मिक मान्यता में विश्वास नहीं है। आपकी आस्था अपने मन के सृजनात्मक नियमों में होनी चाहिए। आपके अवचेतन मन में ईश्वरीय प्रज्ञा (ईश्वर) की समझ आपकी आस्था और विश्वास पर प्रतिक्रिया करती है।

दरअसल, अगर आप इस बारे में सोचने के लिए ठहरें, तो आप हर चीज़ आस्था के अनुसार करते हैं। यदि आप गृहिणी हैं, तो आप आस्था से केक बनाती हैं। आप कार चलाने की योग्यता में आस्था से कार चलाते हैं। मिसाल के तौर पर, कार चलाना सीखते समय आपने कुछ विचार प्रक्रियाएँ और मांसपेशीय गतिविधियाँ बार-बार दोहराई थीं। कुछ समय बाद कार चलाना लगभग स्वचालित प्रक्रिया बन गई। आपके अवचेतन की स्वचालित क्रिया द्वारा आपने बिना किसी चेतन प्रयास के ख़ुद को कार चलाते पाया। इसी तरह आपने तैरना, नाचना, चलना, टाइपिंग करना और कई अन्य चीज़ें करना सीखा था।

आप जीवन के नियमों की समझ और आस्था को बढ़ा सकते हैं। यदि आप अपने चारों ओर देखें, तो यह स्पष्ट हो जाता है कि इस बदलते हुए संसार में जो भी चीज़ हासिल हुई है, वह आस्था द्वारा प्रकट की गई है। किसान ने कृषि के नियमों में आस्था रखना सीख लिया है। बिजली का काम करने वाले ने, जिसकी विद्युत के सिद्धांतों में आस्था है, सुचालकता और रोधकता के नियमों के बारे में जितना वह सीख सकता है, सीख लिया है। वह जागरूक है कि विद्युत एक उच्चतर पोटेंशियल से निम्नतर पोटेंशियल तक प्रवाहित होती है। केमिस्ट की रसायन शास्त्र के सिद्धांतों में आस्था है, लेकिन उसके शोध और खोजों का कोई अंत नहीं है।

उसकी आस्था की वजह से वह बिना आँखों के देख पाया

कुछ सप्ताह पहले एक आदमी ने मुझे फ़ोन करके कहा कि वह एक गंभीर ऑपरेशन कराने के लिए अस्पताल जा रहा है। उसने कहा कि वह अपनी मदद के लिए कुछ आध्यात्मिक वाक्य चाहेगा। मैंने उसे मन ही मन यह दोहराने का सुझाव दिया, 'ईश्वर डॉक्टरों और नर्सों को मार्गदर्शन दे रहा है। मेरे अंदर का ईश्वर इस समय मेरा उपचार कर रहा है। ईश्वर की उपचारक शक्ति में मेरा पूर्ण विश्वास है।'

ऑपरेशन के बाद, जो सफल रहा, उसने मुझे बताया कि ऑपरेशन के दौरान वह अपने शरीर के बाहर था और उसने पूरा ऑपरेशन देखा। उसकी आँखें बंद थीं और उसके शरीर में एनेस्थीसिया था। उसने डॉक्टरों और नर्सों की आवाज़ स्पष्टता से सुनी। एनेस्थीसिया देने वाले ने कहा कि उसके हृदय की धड़कन बंद हो गई थी। उसने उसके हृदय के आस-पास एक इंजेक्शन लगाया और एक नर्स वहाँ मालिश करने लगी। उसने ख़ुद को अपने शरीर से पूरी तरह विरक्त पाया और उसे महसूस हुआ कि अब वह इसका हिस्सा नहीं था। फिर अचानक उसने ख़ुद को दोबारा अपने शरीर में पाया। जब वह जागा, तो उसने डॉक्टर को हर वह चीज़ बता दी, जो उसने देखी और सुनी थी।

इस आदमी का स्वास्थ्य अब पहले से बहुत बेहतर है। उसने मुझसे कहा, 'मैं अब पहले से ज़्यादा काम करता हूँ। मैं आपकी दी हुई प्रार्थना का इस्तेमाल करता हूँ। मैं हमेशा से ईश्वर की उपचारक शक्ति में यक़ीन करता था, लेकिन मरने के बाद दोबारा जन्म लेने पर तो वह यक़ीन पक्का हो गया है।'

इस इंसान को अब मृत्यु का कोई भय नहीं है, क्योंकि वह मनोवैज्ञानिक रूप से तो एक तरह से पहले ही मर चुका था। उसने ख़ुद को अपने शरीर के बाहर पाया और वह लंबे समय से मृत रिश्तेदारों की उपस्थिति के बारे में भी जागरूक था। इतना ही नहीं, वह डॉक्टरों और नर्सों की कही हर बात को दोहराने में भी समर्थ था। उसने ख़ुद को इस विलक्षण स्थिति में पाया कि वह ख़ुद को ही नीचे देख रहा था, हालाँकि वह अपने शरीर से नितांत पृथक होने के बारे में पूरी तरह जागरूक था। इस अनुभव ने ईश्वर में उसकी आस्था को बढ़ाकर शत प्रतिशत कर दिया।

हर एक की किसी न किसी चीज़ में आस्था होती है। तथाकथित नास्तिक को प्रकृति के नियमों, विद्युत, रसायन शास्त्र और भौतिकी के सिद्धांतों में आस्था होती है। नास्तिक लगातार उसी का इस्तेमाल कर रहा है, जिससे वह इन्कार कर रहा है। मिसाल के तौर पर, जब वह कुर्सी उठाता है, तो वह उस अदृश्य शक्ति का इस्तेमाल कर रहा है, जिससे वह इन्कार करता है। जब उसे कोई समस्या होती है, चाहे यह गणित में हो, न्यूक्लियर फ़िज़िक्स में हो या चिकित्सा में हो, तो वह हमेशा अपने से ऊँची बुद्धि वाले व्यक्ति को खोजता है।

किसी भी अणु या परमाणु के मिश्रण ने कभी कोई संगीत रचना नहीं लिखी, कोई सुंदर गिरजाघर नहीं बनाया या सर्मन ऑन द माउंट नहीं लिखा। एक अमूर्त और अदृश्य उपस्थिति व शक्ति है, जो संसार के परमाणुओं और अणुओं को आकार में ढालती है, लेकिन इस अदृश्य प्रज्ञा और शक्ति को तौला या मापा नहीं जा सकता।

टेलीसाइकिक्स ने एक पारिवारिक समस्या को कैसे सुलझाया

एक आदमी और उसकी पत्नी ने एक मुश्किल समस्या के बारे में मुझसे परामर्श लिया। उन्हें दो वकीलों ने विरोधी सलाहें दी थीं और वे अपने पादरी की सलाह से असहमत थे।

मैंने उन्हें बताया कि जब तक कोई विचार विपरीत विचार द्वारा बाधित या तटस्थ न कर दिया जाए, इसमें साकार होने की प्रवृत्ति होती है। मैंने सुझाव दिया कि एक दैवी समाधान की जोशीली इच्छा, जिसके साथ सही कार्य के प्रति दिली निष्ठा हो, उनके अवचेतन मन तक पहुँचने की राह खोज लेगी, जो सवाल को तौलेगा और उनके आग्रह के अनुरूप जवाब तैयार करेगा।

पत्नी की माँ भी उनके साथ रहती थीं, जो एक तरह का जड़ जीवन जी रही थीं, जिससे उनके दामाद को कष्ट था। पत्नी के भाई-बहन भी पत्नी की आलोचना करते थे, क्योंकि वह अपनी माँ को एक उपयुक्त रेस्ट होम में रखना चाहती थी और यह प्रस्ताव रख रही थी कि सभी बच्चे बराबर-बराबर ख़र्च उठाएँ, जिस पर दूसरों को आपत्ति थी।

हमारी बातचीत के बाद पति-पत्नी ने इस नीति का अनुसरण किया: उन्होंने अपना आग्रह रात को अपने ज़्यादा गहरे मन की ओर मोड़ा और दावा किया - हम ईश्वरीय उपस्थिति के प्रति समर्पण करते हैं, जिसमें वे रहती हैं, चलती हैं और उनका अस्तित्व है। ईश्वरीय प्रज्ञा जानती है कि सबसे अच्छा क्या है - यह एक दिव्य समाधान लाती है। ईश्वर की असीम महिमा में हमारी पूर्ण आस्था है कि वह इस महिला की, अपनी संतान की परवाह करेगा। वह उन्हें स्वतंत्रता, शांति और मधुर संबंध देता है। ईश्वर जानता है और ईश्वर परवाह करता है, हम इस विश्वास में विश्राम करते हैं कि वहाँ एक आदर्श समाधान है।

पहली रात जब उन्होंने दिव्य और मधुर समाधान की दिली निष्ठा के साथ इस तरह प्रार्थना की, तो बीमार महिला शांतिपूर्ण तरीक़े से परलोक सिधार गई, लेकिन इससे पहले कुछ जाग्रत पलों में उसने अपनी बेटी से कहा, ‘तुम्हारी प्रार्थना ने मुझे मुक्ति दिला दी।’ वह अचानक अगले आयाम में चली गई।

आपका अवचेतन जवाब जानता है। इसके संदेशों, सूचनाएँ और प्रेरणाओं को सुनें। जवाब आपके पास कई तरीक़ों से आता है।

जैसा आप पहले से ही जानते हैं, टेलीसाइकिक्स आपकी अवचेतन गहराइयों में वास करने वाले ईश्वर की शक्तियों के साथ संपर्क स्थापित करना है। बाइबल का 'मैं हूँ' आपके अवचेतन के भीतर ही है - जिसका अर्थ है ईश्वर की उपस्थिति और शक्ति, विशुद्ध अस्तित्व, स्वयं-प्रारंभ आत्मा - या भारत का ओम् यानी अस्तित्व, जीवन, जागरूकता। आपका अवचेतन आपके जीवन का नियम भी है, जिसका आप सकारात्मक या नकारात्मक इस्तेमाल कर सकते हैं।

आप अपने चेतन मन से सपने नहीं देखते हैं। जब आप सपना देखते हैं, तो आपका चेतन मन सोया होता है और यह सृजनात्मक तरीक़े से आपके अवचेतन से जुड़ा होता है। जैसा पहले बताया गया है, आपका अवचेतन नींद के दौरान इसकी सामग्री का नाटकीयकरण कर देता है। यह कई प्रतीकात्मक चित्र और असंगत स्थितियाँ पेश कर सकता है।

सपने आपके ज़्यादा गहरे मन का टेलीविज़न सीरियल हैं। वहाँ सभी तरह के सपने होते हैं, पूर्व-दर्शन के सपने भी, जिनमें आप किसी घटना के अपने, अपने परिवार के किसी सदस्य या दूसरों के साथ सचमुच होने से पहले ही उसे देख लेते हैं। आपका सपना आपकी इच्छा के साकार होने को उजागर कर सकता है; मिसाल के तौर पर, यदि आप सोने जाते समय बहुत प्यासे होते हैं, तो आपका अवचेतन भरपाई कर देता है और आप अपनी प्यास बुझाने के लिए ख़ुद को ढेर सारा पानी पीते पाएँगे। आपका सपना किसी त्रासदी से बचने की चेतावनी भी हो सकता है।

टेलीसाइकिक्स ने एक सपने में उसकी ज़िंदगी कैसे बचाई

मेरा एक पुराना मित्र है, जो सुबह और शाम को धार्मिक पुस्तक ग़ौर से पढ़ता है और उसने इसके सत्यों से अपने अवचेतन को सराबोर कर लिया है। उसे इस पर सहज विश्वास है।

यह आदमी सरकारी कामकाज के सिलसिले में यूरोप, एशिया और दक्षिण अमेरिका की बहुत यात्राएँ करता है। उसे कुछ समय पहले पेरू जाना था और जाने के एक रात पहले उसने सपने में एक अख़बार की सुर्खियाँ पढ़ीं, जिसने उसे बताया कि 92 यात्री मारे गए हैं और केवल एक ही बच पाया। वह चौंककर जागा - घबराहट से भरा और अपशकुन के अहसास के साथ। उसने अपना टिकिट रद्द कर दिया और बाद में उसे पता चला कि जहाज़ सचमुच पेरू के जंगलों में गिर गया था। केवल एक ही यात्री जीवित बची थी - एक मिशनरी की बेटी, जिसे मछुआरों ने बचाया था, जब वह एक नदी के किनारे चल रही थी।

अवचेतन मन की अदृश्य बुद्धिमत्ता में इस आदमी के ज़बर्दस्त विश्वास और आस्था ने बेशक उसकी जान बचाई। इसने उसके सामने एक स्पष्ट, नाटकीय अंदाज़ में जवाब पेश

किया, यह जानते हुए कि वह इसी अनुरूप प्रतिक्रिया करेगा। उसका अवचेतन इस दुर्घटना के बारे में इसलिए जानता था, क्योंकि त्रासदी मन में पहले ही घटित हो चुकी थी। उसका अवचेतन उस जहाज़ की गड़बड़ियों के बारे में जानता था; यह मौसम और पायलट, कर्मी दल और यात्रियों की मानसिक अवस्था के बारे में भी जानता था।

एमर्सन ने कहा था, 'कोई भी चीज़ संयोग से नहीं होती है। हर चीज़ पीछे से धकाई जाती है।' हम इस संसार में जो भी करते हैं, हर चीज़ के पीछे एक मन, एक मनोदशा या मानसिक नज़रिया होता है।

अतीन्द्रिय महासागर और इससे बाहर कैसे निकलें

हम सभी मन के विशाल अतीन्द्रिय सागर में हैं। करोड़ों लोग दुर्घटनाओं, त्रासदियों, अग्निकांडों, बीमारी, रोग, अपराध और द्वेष में विश्वास करते हैं। सामूहिक मन में सभी तरह के नकारात्मक, विनाशकारी विचार तथा भावनाएँ व्याप्त होती हैं। ज़ाहिर है, सामूहिक मन में कुछ अच्छा भी होता है, लेकिन ज़्यादातर हिस्सा भयावह रूप से नकारात्मक होता है। इसलिए, अगर हम सामूहिक मन के इन सभी डरों और झूठे विश्वासों से बचने के लिए 'प्रार्थना' का सहारा नहीं लेंगे, तो ये नकारात्मक भाव हमारे मन के ग्रहणशील मीडिया का अतिक्रमण कर देंगे। वे संतृप्ति के बिंदु तक पहुँच सकते हैं और दुर्घटनाएँ, दुर्भाग्य तथा कई अन्य बुराइयाँ उत्पन्न कर सकते हैं।

मेरा यह मित्र प्रार्थना के सहारे ऊपर था; इसलिए वह दुर्घटनाग्रस्त होने वाले विमान में नहीं हो सकता था। दो असमान चीज़ें एक दूसरे को विकर्षित करती हैं। सद्भाव और दुर्भाव एक साथ नहीं रहते हैं। यक़ीन करें कि ईश्वर का प्रेम और सद्भाव आपको घेरे हुए है। जब आप ख़ुद को इस सत्य के प्रति पूरी तरह समर्पित कर देते हैं, तो आपका अवचेतन प्रतिक्रिया करेगा और आप एक जादुई दिखने वाला जीवन जिएँगे।

कैसे उसके 'अदृश्य साझेदार' ने उसके घाटे को वापस निकाला

हाल में मैंने लास वेगस, नेवाडा में चर्च ऑफ़ रिलिजियस साइंस में कुछ व्याख्यान दिए, जिसे मेरे एक पुराने मित्र और मेरे संगठन के पूर्व उपशिक्षक डॉ. डेविड होव ने संचालित किया था। उनके संगठन के एक सदस्य ने मुझे उनके जीवन का एक रोचक प्रसंग बताया, जो ईश्वर में या हम सभी के अवचेतन में रहने वाली परम प्रज्ञा में विश्वास व आस्था की शक्ति को नाटकीकृत करता है। उसने मुझे बताया कि वह कुछ साल पहले एक लती जुआरी था और जब वह पहलेपहल लास वेगस आया, तो वह केवल जुआ खेलने आया था। उसने दो रात में

ही 2 लाख डॉलर गँवा दिए और तीसरी रात को दिवालिया हो गया। उसे होटल के बिल का भुगतान करने और घर लौटने के लिए तार भेजकर पैसे मँगाने पड़े।

किसी ने उसे द पावर ऑफ़ यॉर सबकॉन्शस माइंड, की एक प्रति दी, जिसे उसने चाव से पढ़ा। उसे यह बात पता चली कि सभी सौदे मन में घटित होते हैं और वह मन के अलावा किसी तरह से न तो घाटा उठा सकता है, न ही लाभ ले सकता है। इसलिए अपने ख़ुद के तरीक़े से उसने दावा किया: 'मैं मानसिक और भावनात्मक रूप से उस 2,25,000 डॉलर के साथ एक हूँ और यह दैवी योजना में कई गुना होकर मेरे पास आता है।'

उसने अपनी प्रार्थनाओं को ऊपर उठाया, क्योंकि वह जानता था कि देर-सबेर एकाग्र विचार, प्रबल इच्छा और केंद्रित ध्यान उसके अवचेतन मन पर अंकित हो जाएगा, जहाँ वे अंकुरित हो जाएँगे और चूँकि अवचेतन जानता है कि सारी चीज़ों को कैसे घटित कराना है, इसलिए यह समाधान को तैयार करके उसके चेतन मन के सामने पेश कर देगा।

तीन महीने गुज़र गए, लेकिन कोई प्रतिक्रिया नहीं हुई। फिर भी उसने अपने मानसिक नज़रिये को केंद्रित रखा। एक रात एक सपने में वह एक बार फिर लास वेगस में जुए की टेबल पर था और कैशियर की खिड़की पर बैठे आदमी ने उसे 2,50,000 डॉलर का भुगतान किया। यह एक स्पष्ट स्वप्न था। कैशियर की खिड़की पर बैठे आदमी ने उससे कहा, 'देखा, आप जितना हारे थे, उससे ज़्यादा जीत गए,' जो उसने अंततः किया, क्योंकि आप अपने अवचेतन में जो भी जमा करते हैं, आपके अवचेतन मन का नियम उसे बढ़ा देता है।

सपने के बाद उसकी कंपनी ने उसका तबादला लास वेगस कर दिया। जब वह पहली रात वहाँ पहुँचा, तो वह जुए की उसी टेबल पर गया, जो उसने सपने में देखी थी। उसने टेबल पर मौजूद लोगों के चेहरे पहचाने और वह जानता था कि वह जीतेगा। उस रात उसके पास जैसे पारस पत्थर था: उसने जो भी बाज़ी खेली, वह सोने में बदल गई। वह 2,50,000 डॉलर जीता और कैशियर ने उससे ठीक वही शब्द कहे, जो उसने तीन महीने पहले सपने में देखे और सुने थे। अवचेतन की शक्तियों में उसकी अटल आस्था ने उसे ज़बर्दस्त लाभ पहुँचाया।

स्मरणीय बिंदु...

1. आस्था सोचने का वह तरीक़ा है, जहाँ आप सिद्धांतों और शाश्वत सत्यों के दृष्टिकोण से सोचते हैं। आस्था पंथों, संप्रदायों या किसी तरह की धार्मिक मान्यताओं से सरोकार नहीं रखती। आपकी आस्था आपके मन के सृजनात्मक नियमों में होनी चाहिए और ईश्वर तथा जीवितों की भूमि में होनी चाहिए।

2. आप हर चीज़ आस्था से करते हैं, जैसे कार चलाना, केक बनाना, फ़ोन करना या पियानो बजाना। आपने एक ख़ास विचार प्रक्रिया और मांसपेशीय कार्य को बार-बार दोहराकर साइकल चलाने में विश्वास स्थापित किया। कुछ समय बाद आपके अवचेतन ने इस प्रक्रिया को आत्मसात कर लिया, जिससे आप इसे स्वचालित रूप से करने में समर्थ हो गए। कुछ इसे आदत कहते हैं, जो आपकी चेतन सोच और कार्य पर आपके अवचेतन की स्वचालित प्रतिक्रिया है। क्रिया और प्रतिक्रिया ब्रह्माण्डीय तथा सर्वव्यापी हैं।

3. एक आदमी ने अंतर्निहित तरीक़े से विश्वास किया कि एक बड़े ऑपरेशन के दौरान ईश्वर की उपचारक शक्ति उसकी रक्षा करेगी। ऑपरेशन के बीच उसने ख़ुद को अपने शरीर के बाहर पाया और हर चीज़ देखी-सुनी। उसने उल्लेखनीय स्वास्थ्यलाभ किया और अब उसका स्वास्थ्य पहले से कहीं बेहतर हो चुका है।

4. हर एक की किसी न किसी चीज़ में आस्था होती है। तथाकथित नास्तिक उस अदृश्य शक्ति का लगातार इस्तेमाल कर रहा है, जिसे वह नकार रहा है। जब वह कुर्सी को उठाता है, तो वह अदृश्य शक्ति का इस्तेमाल कर रहा है और जब वह सोचता है, तो उसका विचार सृजनात्मक है। जब आप सृजनात्मक शक्ति को खोजते हैं, तो आपने ईश्वर को खोज लिया है, क्योंकि केवल एक ही सृजनात्मक शक्ति है। शब्द (व्यक्त विचार) ईश्वर (या सृजनात्मक) था। पत्थर और अणु गिरजे नहीं बनाते हैं या संगीत रचना नहीं करते हैं और आणविक गतिविधि ने संसार की बाइबलें नहीं लिखीं।

5. एक आदमी और उसकी पत्नी को पत्नी की माँ संबंधी एक जटिल समस्या थी, जो मुर्दे-जैसा जीवन जी रही थी। उन्होंने विश्वास और आस्था के साथ इस तरह प्रार्थना की: 'हम माँ को पूरी तरह से ईश्वर के हवाले करते हैं। ईश्वर की असीम महिमा उन्हें स्वतंत्रता, शांति और सौहार्द प्रदान करती है।' वह महिला उन्हें अपनी मुक्ति की प्रार्थना करने के लिए धन्यवाद देने - पहचानने के एक पल - के बाद चल बसी।

6. आप अपने अवचेतन मन से सपने देखते हैं। सपने आपके ज़्यादा गहरे मन के टेलीविज़न सीरियल हैं। एक आदमी ने ईश्वरीय शक्ति के सत्यों को अपने अवचेतन मन में बोया था। उसने उस विमान के दुर्घटनाग्रस्त होने का सपना देखा, जिसमें वह यात्रा करने वाला था। 92 यात्रियों वाला वह विमान बाद में खो गया - केवल एक ही बची हुई यात्री मिली - एक मिशनरी की बेटी। इस आदमी ने इस घटना का पूर्व-दर्शन किया था। यह ठीक वैसे ही हुआ, जैसा उसने अपने सपने में देखा था। उसके अवचेतन ने उसकी रक्षा की और उसने चेतावनी को पहचानकर दुर्भाग्यपूर्ण रात को अपना टिकिट रद्द कर दिया।

7. हम सभी मन के महान अतीन्द्रिय सागर में डूबे रहते हैं, जिसमें अरबों लोग सभी तरह

के अंधविश्वासी विचार, डर, नफ़रत, ईर्ष्या, दुर्भाग्य और बीमारी आदि में विश्वास डाल रहे हैं। जब तक कि हम इन मान्यताओं का प्रतिरोध स्थापित करने के लिए प्रार्थना नहीं करते हैं, सामूहिक मन के ये नकारात्मक विचार और भाव हमारे मन में दाख़िल हो जाएँगे - हमारे लिए हमारी तरफ़ से सोचने लगेंगे, जिसके नकारात्मक परिणाम मिलेंगे। अपने मन को ईश्वर के सत्यों के साथ नियमित रूप से भरें। आपमें सामूहिक मन के सारे नकारात्मक कंपनों और वेव लेंग्थ को नकारने की प्रवृत्ति होगी।

8. एक आदमी लास वेगस में जुए में 2,25,000 डॉलर हार गया। बहरहाल, उसने सीखा कि आप अपने मन के अलावा किसी तरह से लाभ या हानि नहीं उठा सकते, क्योंकि सारे सौदे मन में घटित होते हैं। उसने अपने आग्रह पर अपने अवचेतन की प्रतिक्रिया का पूरे विश्वास और आस्था के साथ दावा किया: ‘मैं मानसिक और भावनात्मक रूप से 2,25,000 डॉलर के साथ एक हूँ और यह दैवी योजना में मेरे पास कई गुना होकर लौटता है।’ वह अपनी मान्यता के प्रति आस्थावान बना रहा और एक स्पष्ट स्वप्न में उसे यह बताया गया कि वह उसी कैसीनो में 2,50,000 डॉलर जीता था, जिसमें उसने पैसा गँवाया था। उसने अपने स्वप्न की वास्तविकता को महसूस किया। जब उसका तबादला लास वेगस हुआ, तो वह उसी होटल में गया और उसने अपने सपने में दिए निर्देशों का अनुसरण किया, जिससे उसने 2,50,000 डॉलर जीत लिए। कैशियर ने ठीक उन्हीं शब्दों का इस्तेमाल किया, जो उसने सपने में सुने थे।

12

टेलीसाइकिक्स कैसे सही निर्णय का मार्गदर्शन देता है

सृष्टि में सही कार्य का सिद्धांत होता है और अगर आपकी प्रेरणा सही है और आपका इरादा अच्छा या बहुत अच्छा है, तो किसी निर्णय को लेने में झिझकने या हिचकिचाने की बात ही नहीं उठती है।

आप पाएँगे कि जीवन के सभी क्षेत्रों के सफल स्त्री-पुरुषों में एक उत्कृष्ट गुण होता है: त्वरित निर्णय लेने की योग्यता और काम पूरा करने की लगन।

उसने कहा कि उसमें निर्णयशीलता का अभाव था

हाल में एक बातचीत में एक महिला ने मुझसे कहा, 'मैं बहुत उलझन में रहती हूँ और मैं कोई निर्णय नहीं ले पाती।' बहरहाल, वह यह नहीं देख पाई कि उसने पहले ही एक निर्णय ले लिया है: उसने निर्णय न लेने का निर्णय ले लिया था, जिसका मतलब था कि उसने यह निर्णय ले लिया था कि वह अतार्किक सामूहिक मन को अपनी ओर से निर्णय लेने देगी।

हम सभी उस महान अतीन्द्रिय सागर में डूबे हुए हैं, जिसमें करोड़ों लोग लगातार अपने नकारात्मक विचार, डर और झूठे विश्वास डाल रहे हैं। यह महिला अंततः यह देखने लगी कि अगर वह निर्णय न लेने का निर्णय लेती है, तो बेतरतीब मन उसके लिए निर्णय इसलिए लेगा, क्योंकि उसने अपने ख़ुद के मन को शासित करने से इन्कार कर दिया।

वह महसूस करने लगी कि उसके अवचेतन मन में एक मार्गनिर्देशक सिद्धांत था और वह जब भी आह्वान करेगी, यह उसके विचारों पर प्रतिक्रिया करेगा। उसे अहसास हुआ कि उसे अपना सोच-विचार ख़ुद करना होगा। वरना वह औसत के नियम के हिसाब से ही चलती रहेगी - प्रजाति की सामूहिक सोच - जो उसके लिए निर्णय लेगी।

उसने अपना नज़रिया उलट लिया और इस तर्ज पर अपने मन को निर्देशित किया :

मैं जानती हूँ कि मुझमें सोचने, चुनने और तर्क करने की क्षमता है। मैं अपनी मानसिक

और आध्यात्मिक प्रक्रियाओं की अखंडता में यक़ीन करती हूँ। मैं सही चीज़ करना चाहती हूँ और जब भी मैं कोई निश्चित, स्पष्ट निर्णय लेना चाहती हूँ, तो ख़ुद से पूछती हूँ: 'यदि मैं ईश्वर होती, तो मैं कौन सा निर्णय लेती?' मैं जानती हूँ कि जब मेरा उद्देश्य स्वर्णिम नियम तथा सबके प्रति सद्इच्छा पर आधारित होता है, तो मैं जिस भी निर्णय पर पहुँचूँगी, वही सही कार्य होना चाहिए।

यह महिला अपना मन नहीं बना पाई कि उसे एक पुरुष से शादी करना चाहिए या नहीं, जिसने उसके सामने प्रेम प्रस्ताव रखा था। ऊपर दी गई प्रार्थना के बाद, जिसे उसने दिन में कई बार दोहराया, एक रात उसने सपने में देखा कि जिस पुरुष के साथ उसकी सगाई हुई थी, वह एक बहुत कीचड़ वाली, गंदी, अंधकारमय और बदसूरत नदी में तैर रहा था। जो सपना उसने देखा, वह उसका अवचेतन था, जो उस व्यक्ति के व्याकुल व्यक्तित्व को उसके सामने उजागर कर रहा था।

अगले दिन उसने अपने मँगेतर को अपना सपना बताया। उसने उसके सामने स्वीकार किया कि उसे एक पैरानॉइड-शिज़ोफ़्रेनिक रोग था और उसका मनोविश्लेषकीय इलाज चल रहा था। उसने आगे कहा कि उसमें आत्महत्या की प्रवृत्ति भी थी। वे एक सामंजस्यपूर्ण निर्णय पर पहुँचे और संबंध तोड़ने के लिए तैयार हो गए।

इस युवा महिला ने पाया कि उसके भीतर एक ऐसी बुद्धिमत्ता थी, जो उसके चेतन मन के निर्णयों पर प्रतिक्रिया करती है। वह आनंदित थी कि वह एक दुखद ग़लती करने से बच गई।

आपके पास चुनने की शक्ति है

चुनने और निर्णय लेने की शक्ति मनुष्य का सबसे बड़ा गुण और सर्वोच्च विशेषाधिकार है। इसी दिन चुनो कि तुम किसकी सेवा करोगे - जोशुआ 24:15। इसी समय उसे चुनें, जिसे आप ईमानदार, न्यायपूर्ण, विशुद्ध और प्रिय मानते हैं।

निर्णय लेने के साहस ने उसकी ज़िंदगी बदल डाली

जब किसी दूसरी कंपनी ने अधिग्रहण किया, तो पचास साल के एक आदमी की नौकरी चली गई, जिसमें उसने कई साल तक काम किया था। उसके सहकर्मियों और मित्रों ने उससे कहा, 'टॉम, तुम्हें ज़िंदगी की सच्चाई का सामना करना चाहिए। अब तुम्हारी उम्र पचास की हो चुकी है और इस उम्र में दूसरी नौकरी मिलना बहुत मुश्किल है।'

मैंने उसे सुझाव दिया कि पहली चीज़ तो वह यह करे कि अपने मित्रों द्वारा प्रभावित होना छोड़ दे, जो निराशा से उसे बता रहे थे कि उसे 'जीवन की सच्चाई' का सामना करना चाहिए। तथ्य स्थायी नहीं होते; वे परिवर्तनशील होते हैं। वह महसूस करने लगा कि उसका ध्यान इसके बजाय उस पर टिका होना चाहिए, जो कभी नहीं बदलता है: उसके भीतर मौजूद ईश्वर के ज्ञान, बुद्धिमत्ता और शक्ति पर।

मैंने उसे सुझाव दिया कि वह एक निर्णय पर पहुँचे और साहस के साथ दावा करे: 'मुझे एक नई नौकरी का दैवी मार्गदर्शन मिला है, जहाँ मेरे गुणों और अनुभव की क़द्र की जाती है और अखंडता व न्याय के रास्ते पर चलते हुए मेरी एक अद्‌भुत आमदनी है।' मैंने उसे समझाया कि जिस मिनट वह अपने चेतन मन में निर्णय पर पहुँचता है, उसका अवचेतन प्रतिक्रिया करेगा और उसकी इच्छा पूरी करने का रास्ता दिखा देगा।

उसके मन में एक दूसरी कंपनी में जाने की प्रबल इच्छा जागी, जो वैसे ही प्रॉडक्ट बनाती थी, जिनसे वह परिचित था। उसने मैनेजर को बताया कि उसके कितने बेहतरीन संपर्क हैं और वह उनकी कंपनी के कारोबार को कितना ज़्यादा बढ़ा सकता है। उसे तुरंत नौकरी मिल गई।

अगर आप इस निर्णय पर पहुँचते हैं कि आपके पास प्रदान करने के लिए इतना कुछ है और आप जिसे खोज रहे हैं, वह हमेशा आपको खोज रहा है; अगर आप किसी नियोक्ता या संगठन को दिखा देते हैं कि आप उसके लिए पैसे कैसे बना या बचा सकते हैं, तो आपको नौकरी पाने में कोई समस्या नहीं आएगी। याद रखें, आप अपनी उम्र या सफ़ेद बाल नहीं बेच रहे हैं; आप तो अपने गुण, ज्ञान, योग्यताएँ और अनुभव बेच रहे हैं, जिसे आपने इतने बरसों में इकट्ठा किया है। उम्र बरसों की उड़ान नहीं है; यह तो बुद्धिमत्ता की भोर है।

याद रखने के लिए अच्छी बात यह भी है कि समुद्र का सारा पानी एक छोटी नाव को भी तब तक नहीं डुबा पाएगा, जब तक कि पानी उसके भीतर न पहुँच जाए। इसी तरह, आपके सामने चाहे जो समस्याएँ, चुनौतियाँ और मुश्किलें हों, वे आपको तब तक नहीं डुबा सकतीं, जब तक कि वे आपके भीतर नहीं आ जातीं। शेक्सपियर ने कहा था :

हमारी शंकाएँ ही गद्दार हैं
और अक्सर कोशिश करने से हमें डराकर
उस अच्छाई को गँवा देती हैं, जिसे हम अक्सर जीत सकते थे।

सही निर्णय लेने की एक आसान और व्यावहारिक प्रार्थना

याद रखें, क्रिया और प्रतिक्रिया का एक सर्वव्यापी नियम है। क्रिया आपके चेतन मन का

निर्णय है और प्रतिक्रिया आपके निर्णय की प्रकृति के अनुसार आपके अवचेतन की स्वचालित प्रतिक्रिया है। सही क्रिया के लिए नीचे दी प्रार्थना का इस्तेमाल करें :

> मैं जानता हूँ कि मेरे अवचेतन मन की ईश्वरीय प्रज्ञा मेरे ज़रिये काम कर रही है और मेरे सामने वह उजागर कर रही है, जो मुझे जानना चाहिए। मैं जानता हूँ कि जवाब मेरे भीतर है और यह मुझे बता दिया जाता है। मेरे अवचेतन की ईश्वरीय प्रज्ञा और अनंत बुद्धिमत्ता मेरे ज़रिये सारे निर्णय लेती है और मेरे जीवन में केवल सही क्रिया और सही निर्णय ही घटित होते हैं। मैं संकेत को पहचान लेता हूँ, जब यह मेरे चेतन, तार्किक मस्तिष्क में आता है। इसे चूकना मेरे लिए असंभव है। जवाब स्पष्टता से आता है। मैं प्रार्थना पूरी होने की ख़ुशी के लिए धन्यवाद देता हूँ।

जब भी आप चिंता में हों कि क्या कहना या करना है या कौन सा निर्णय लेना है, तो शांति से बैठ जाएँ, तनावरहित हों, ढीला छोड़ दें और ऊपर बताए सत्यों पर धीरे-धीरे, शांति से, भावना से और जानते-बूझते हुए दावा करें। इसे एक तनावरहित, शांत अवस्था में दो-तीन बार करें और आपको अपने ज़्यादा गहरे मन से एक आवेग या प्रेरणा मिलेगी - आत्मा का एक तरह का आंतरिक मौन ज्ञान, जिसके द्वारा आप जान जाते हैं कि आप जानते हैं। जवाब निश्चितता की एक आंतरिक भावना, एक प्रबल अनुभूति या सहसा आने वाले विचार के रूप में आ सकता है, जो आपके मन में स्पष्टता से उमड़ता है।

कैसे उसके निर्णय ने दो जाने बचाईं

मशहूर मनोवैज्ञानिक स्वर्गीय डॉ. डेविड सीबरी ने मुझे एक बार अपने एक मित्र के बारे में बताया, जो दो दौरों की वजह से अपाहिज हो गया था। एक बार जब यह आदमी अपने दो पोतों के साथ घर में अकेला था, तो एक भयानक तूफ़ान ने शहर पर क़हर बरपाया। उसके कमरे में रखे रेडियो ने हर एक को चेतावनी दी कि वे अपने तहख़ाने में चले जाएँ, लेकिन अपाहिज होने की वजह से वह तहख़ाने में नहीं जा सकता था। डॉ. सीबरी ने कहा कि उनके मित्र ने बाइबल का अपना प्रिय कथन ज़ोर-ज़ोर से दोहराना शुरू कर दिया, शांत रहो और जान लो कि मैं ईश्वर हूँ। फिर उसने ख़ुद से कहा, 'मैं अपने पोतों को बचाने जा रहा हूँ, जो अगले कमरे में सोए हुए हैं।'

वह एक निर्णय पर पहुँचा और उसके मन में किसी भी क़ीमत पर उनकी जान बचाने की प्रबल इच्छा जाग्रत हुई। भगीरथ प्रयास से वह खड़ा हुआ और चलने लगा। वह अगले कमरे में गया, दोनों लड़कों को गोद में लिया और उन्हें तहख़ाने में नीचे ले गया। कुछ ही मिनट बाद घर उड़ गया। वह ख़ुद की और अपने दो पोतों की जान बचाने में सफल हुआ। यही नहीं, वह पूरी तरह ठीक हो गया और उसके बाद कई साल तक चलता रहा।

चलने की शक्ति हमेशा इस आदमी के भीतर मौजूद थी, जो उसके अवचेतन में निष्क्रिय पड़ी हुई थी। आपातकालीन स्थिति में वह भूल गया कि वह अपाहिज था, क्योंकि तब उसका मस्तिष्क बच्चों के जीवन को बचाने के विचार से जकड़ा हुआ था। ईश्वर की सारी शक्ति उसके ध्यान के केंद्र बिंदु की ओर प्रवाहित हुई।

चिकित्सकीय इतिहास ऐसे हज़ारों प्रकरणों से भरा पड़ा है, जिनमें व्यक्ति की सीमारहित शक्ति किसी भारी आपातकालीन स्थिति के सामने पुनर्जीवित हो जाती है। मनुष्य भले ही अपने विश्वास में अपाहिज हो, लेकिन उसके भीतर का ईश्वर बीमार, अपाहिज या अपंग नहीं हो सकता। यह सर्वशक्तिमान, सर्वज्ञाता और सर्वत्र उपस्थित है। आत्मा ही सृष्टि में एकमात्र उपस्थिति, शक्ति, कारण और सत्ता है।

उसने कहा, 'मैं ईश्वर को अपने लिए निर्णय लेने दूँगी'

हाल में एक महिला ने मुझे बताया कि वह ईश्वर को अपने लिए निर्णय लेने देगी। उसका मतलब यह था कि उसके बाहर एक ईश्वर था, जो आसमान में कहीं पर था। मैंने उसे समझाया कि ईश्वर या ईश्वरीय प्रज्ञा उसके लिए केवल एक ही तरीक़े से काम कर सकती है और वह है उसके विचार के ज़रिये। व्यक्तिगत धरातल पर कार्य करने के लिए सर्वव्यापी को पहले व्यक्ति बनना होगा। तब उसे अहसास हुआ कि ईश्वर तो उसके भीतर की जीवित आत्मा है - कि उसका विचार सृजनात्मक था। उसे यह अहसास भी हुआ कि वह यहाँ चुनाव करने के लिए है, कि उसमें इच्छा और पहलशक्ति है। यह उसकी निजता का आधार था। उसने निर्णय लेने की ज़िम्मेदारी के साथ अपने देवत्व को भी स्वीकार करने का निर्णय लिया।

अहसास करें कि सामने वाला हमेशा सर्वश्रेष्ठ नहीं जानता है। यह भी याद रखें कि जब आप ख़ुद के लिए निर्णय लेने से इन्कार करते हैं, तो आप अपने देवत्व से इन्कार कर रहे हैं और आप कमज़ोरी तथा हीनता के दृष्टिकोण से सोच रहे हैं - एक मातहत के अंदाज़ में।

कैसे उसके निर्णय ने उसके जीवन का कायाकल्प कर दिया

कुछ साल पहले मैंने सर्मन ऑन द माउंट के लेखक डॉ. एमेट फ़ॉक्स को न्यू यॉर्क में द सेवन्थ रेजिमेंट आर्मरी में आमंत्रित किया, जिसका मैं सदस्य हूँ। वे यहाँ के इतिहास और ऐतिहासिक वस्तुओं में रुचि रखते थे, क्योंकि यह उस भव्य इमारत में विभिन्न दृश्यों में चित्रित थी। डिनर के दौरान उन्होंने मुझे बताया कि जब वे इंग्लैंड में सिविल इंजीनियर थे, तब उन्होंने लंदन में अवचेतन पर जज टॉमस ट्रोवर्ड का भाषण सुना था, जिसका उन पर गहरा असर हुआ।

डॉ. फ़ॉक्स ने कहा कि ट्रोवर्ड के एक व्याख्यान के दौरान मैं एक निर्णय पर पहुँचा। मैंने ख़ुद से कहा कि मैं अमेरिका जाकर हज़ारों लोगों के सामने बोलूँगा। वे इस निर्णय पर अडिग रहे। कुछ ही महीनों में उनके लिए सारे द्वार खुल गए, जब उन्होंने ख़ुद को न्यू यॉर्क में पाया, जहाँ कई सालों तक उन्होंने हर रविवार लगभग 5,000 लोगों के सामने व्याख्यान दिया। उनका निर्णय उनके अवचेतन मन में दर्ज हो गया था। उनके ज़्यादा गहरे मन ने उनके निश्चित, ठोस निर्णय को साकार करने के लिए सारे आवश्यक द्वार खोल दिए।

स्मरणीय बिंदु...

1. सृष्टि में सही क्रिया का एक सिद्धांत है। अगर आपकी प्रेरणा सही है यानी अगर यह सौहार्द और सद्भावना के शाश्वत सिद्धांत के अनुरूप है, तो आगे बढ़ें और निर्णय लें।

2. संसार के सबसे सफल स्त्री-पुरुषों में त्वरित निर्णय लेने और काम को पूरा करने की क्षमता होती है।

3. दरअसल अनिर्णय जैसी कोई चीज़ नहीं होती। ‘अनिर्णय’ का सिर्फ़ यह मतलब होता है कि आपने निर्णय न लेने का निर्णय लिया है, जो मूर्खतापूर्ण है। यदि आप अपना ख़ुद का मन नहीं बनाते हैं, तो दूसरे आपकी ख़ातिर यह काम कर देंगे। तब अतार्किक सामूहिक मन आप पर हावी हो जाता है और आपकी तरफ़ से निर्णय लेता है। जब आप डरे या चिंतित होते हैं - जब आप असमंजस में होते हैं, तो आप सोच नहीं रहे हैं; यह तो सामूहिक मन है, जो आपकी तरफ़ से सोच रहा है। सच्चा सोच-विचार डर से रहित होता है, क्योंकि आप सर्वव्यापी सिद्धांतों और शाश्वत सत्यों के दृष्टिकोण से सोचते हैं।

4. जब आप अपने चेतन मन में किसी निश्चित, स्पष्ट निर्णय पर पहुँचते हैं, तो आपका अवचेतन निश्चित रूप से प्रतिक्रिया करेगा। यह किसी सपने में हो सकता है, जो इतना स्पष्ट और महत्त्वपूर्ण होगा कि आपको इसकी व्याख्या करने में कोई मुश्किल नहीं आएगी।

5. चुनने और निर्णय लेने की शक्ति मनुष्य का सबसे बड़ा गुण और सर्वोच्च विशेषाधिकार है।

6. सभी तथ्य स्थायी नहीं हैं; हर चीज़ परिवर्तनशील है। अपना ध्यान और विश्वास उस पर केंद्रित करें, जो कभी नहीं बदलता है, बल्कि कल, आज और हमेशा वही रहता है। ईश्वर की प्रज्ञा, बुद्धिमत्ता और शक्ति निरंतर उपलब्ध हैं। वे कभी नहीं बदलती हैं। यदि आप एक नौकरी खो देते हैं, तो आपके भीतर एक ऐसी बुद्धिमत्ता है, जिसका

आह्वान करने पर वह दैवी योजना में एक और द्वार खोल देगी। याद रखें, आप जिसे खोज रहे हैं, वह हमेशा आपको खोज रहा है।

7. आप अपनी उम्र नहीं बेच रहे हैं। इसके बजाय आप अपने गुण, योग्यताएँ और बुद्धिमत्ता बेच रहे हैं, जिसे आपने बरसों के अनुभव से एकत्रित किया है। उम्र बरसों की उड़ान नहीं, बल्कि बुद्धिमत्ता की भोर है।

8. क्रिया और प्रतिक्रिया ब्रह्मांडीय व सर्वव्यापी हैं। जब आप चेतन मन के किसी स्पष्ट, निश्चित निर्णय पर पहुँचते हैं, तो आपका अवचेतन मन आपके निर्णय की प्रकृति के सामंजस्य में एक स्वचालित प्रतिक्रिया करेगा।

9. अक्सर, आपके अवचेतन का जवाब निश्चितता के एक आंतरिक भाव, एक प्रबल अनुभूति या किसी अकस्मात आने वाले विचार के रूप में आता है, जो आपके अचेतन मन से उभरता है।

10. कई बार, किसी भारी आपातकालीन स्थिति, संकट या सदमे में इंसान परिजनों की जान बचाने के लिए अपनी अपाहिज या अपंग अवस्था को भूल जाता है। जब एक तूफ़ान की चेतावनी दी गई, तो एक पूर्णतः अपाहिज व्यक्ति के मन में अपने पोतों को बचाने की प्रबल इच्छा जाग्रत हुई। वह चलकर उनके कमरे में गया और उन्हें उठाकर तहख़ाने में ले गया। ईश्वर की सारी शक्ति उसके ध्यान के केंद्र बिंदु की ओर प्रवाहित हो गई। वह इस निर्णय पर पहुँचा कि वह अपनी इच्छा पर अमल कर सकता है - ईश्वर की शक्ति ने प्रतिक्रिया की।

11. जब कोई व्यक्ति कहता है, 'मैं ईश्वर को निर्णय लेने दूँगा,' तो आम तौर पर उसका मतलब होता है उसके बाहर के ईश्वर को। लेकिन आप एक सक्रिय, निर्णय लेने वाले जीव हैं। आप यहाँ अपने निर्णय ख़ुद लेने के लिए आए हैं। सर्वव्यापी शक्ति आपके प्रति या आपके लिए कुछ नहीं करेगी, केवल आपके ज़रिये करेगी यानी आपके विचारों, चित्रों और विश्वासों के ज़रिये। आपको निर्णय लेने होंगे - तभी आपके अवचेतन की ईश्वरीय प्रज्ञा प्रतिक्रिया करेगी। अपने अंदर के देवत्व को स्वीकार करें; यदि आप इन्कार करते हैं, तो आप अपने भीतर की बुद्धिमत्ता और प्रज्ञा से इन्कार कर रहे हैं।

12. डॉ. एमेट फ़ॉक्स ने हज़ारों लोगों के सामने व्याख्यान देने के लिए अमेरिका जाने का निर्णय लिया - सारे द्वार खुल गए। उस निर्णय को लेने के कुछ साल बाद उन्होंने ख़ुद को न्यू यॉर्क सिटी में पाया, जहाँ उन्होंने अपने निर्णय के अनुरूप हज़ारों लोगों को संबोधित किया।

13

टेलीसाइकिक्स और आपके अवचेतन के चमत्कार

न्यू यॉर्क की एक महिला का नीचे दिया पत्र दिखाता है कि आप अपने अवचेतन मन की अद्‌भुत उपचारक शक्ति का अनुभव कैसे कर सकते हैं :

प्रिय डॉ. मर्फ़ी :

यह जानने में आपकी रुचि होगी कि मैंने ग्लॉकोमा या कांचबिंदु के उपचार के लिए अमेज़िंग लॉज़ ऑफ़ कॉस्मिक माइंड पावर के हार्ड कवर संस्करण में पृष्ठ 106 पर दी गई प्रार्थना का इस्तेमाल किया, जो सामान्य आँख में डालने वाली दवा से ठीक नहीं हो रहा था। दूसरी पंक्ति में मैंने 'मेरी आँखों को दोबारा बनाने' शब्द डाल दिए। इसमें पाँच महीने लगे। आप समझ सकते हैं कि जब भी बीमारी का विषय आता है, तो मैं हर बार आपकी पुस्तक की पेपरबैक प्रतियाँ देना क्यों पसंद करती हूँ।

जी वी
न्यू यॉर्क

उस महिला ने अमेज़िंग लॉज़ ऑफ़ कॉस्मिक माइंड पावर की इस प्रार्थना का इस्तेमाल किया था :

सृजनात्मक प्रज्ञा, जिसने मेरा शरीर बनाया है, अब मेरी आँखों को दोबारा बना रही है। उपचारक उपस्थिति जानती है कि उपचार कैसे करना है। यह ईश्वर की आदर्श योजना में मेरे शरीर की हर कोशिका का कायाकल्प कर रही है। मैं डॉक्टर को यह बताते हुए सुनती और देखती हूँ कि मैं पूरी तरह स्वस्थ हो गई हूँ। मेरे दिमाग़ में अब यह तस्वीर है। मैं डॉक्टर को स्पष्टता से देखती हूँ और मैं उसकी आवाज़ सुनती हूँ; वह मुझसे कह रहा है, 'आप ठीक हो गई हैं। यह एक चमत्कार है।' मैं जानती हूँ कि यह सृजनात्मक चित्र मेरे अवचेतन मन में गहरे उतर रहा है, जहाँ इसे विकसित किया जा रहा है और हक़ीक़त में बदला जा रहा है। मैं जानती हूँ कि ईश्वरीय उपचारक उपस्थिति सारे विपरीत ऐंद्रिक प्रमाण के बावजूद मुझे ठीक कर रही है। मैं इसे महसूस करती हूँ, मैं इसमें विश्वास करती हूँ। मैं अब अपने लक्ष्य के सामंजस्य में आ रही हूँ - आदर्श

स्वास्थ्य।

आप तुरंत देख सकते हैं कि उसे उल्लेखनीय परिणाम क्यों मिले। वह लगन से जुटी रही, यह जानते हुए कि दोहराव, आस्था और अपेक्षा के ज़रिये वह इन सत्यों को अपने अवचेतन तक पहुँचा रही है। उसके अवचेतन मन की उपचारक शक्ति ने उसकी प्रार्थना की प्रकृति और सामग्री के अनुरूप प्रतिक्रिया करते हुए उसकी आँखें ठीक कर दीं।

उसने स्वास्थ्य के लिए प्रार्थना की और ज़्यादा बीमार हो गई

कल एक महिला मेरे पास आकर बोली कि हालाँकि वह एक महीने से ज़्यादा समय से आदर्श स्वास्थ्य के लिए प्रार्थना कर रही है, लेकिन उसकी हालत लगातार बिगड़ती जा रही है। उसके डॉक्टर ने उसे बताया कि उसकी स्थायी चिंता और शत्रुता की वजह से उसके अल्सर ठीक नहीं होंगे।

मैंने उसे समझाया कि उसे अपने भीतर की उपचारक शक्ति के प्रति अपना प्रतिरोध त्यागना होगा। उसे लग रहा था कि उसकी शारीरिक स्थिति पर उसके मन का कोई प्रभाव नहीं पड़ता। उसके मन में कई लोगों के प्रति शत्रुता, क्रोध और द्वेष के अल्सर जैसे विचार भरे हुए थे। दरअसल, वह अपने डॉक्टर के उपचारक सुझावों में बाधा डाल रही थी और उसकी दवा के प्रभावों को नकार रही थी।

वह यह समझ गई कि उसका अवचेतन कोरे दावों को स्वीकार नहीं करता है, बल्कि उसके चेतन मन के विश्वासों और मान्यताओं को स्वीकार करता है। यही नहीं, उसे ख़ुद को माफ़ करना था, क्योंकि ख़ुद को माफ़ करना दूसरों को माफ़ करने से ज़्यादा मुश्किल होता है।

उसने निर्णय लिया कि वह नकारात्मक, विनाशकारी विचार रखना छोड़ देगी और जब भी उसके मन में नकारात्मक विचार आएँगे, वह उनकी जगह पर ईश्वर-सदृश विचार स्थापित कर देगी। वह उन लोगों के स्वास्थ्य, ख़ुशी और शांति के लिए प्रार्थना करने लगी, जिनसे वह द्वेष करती थी। समझ का बिंदु तब आया, जब उसे अहसास हुआ कि अगर शत्रुता, क्रोध और द्वेष के विचार अल्सर उत्पन्न करते हैं, तो इसका विपरीत भी सच होगा।

उसने उपचारक शक्ति में बाधा डालना और इसका प्रतिरोध करना छोड़ दिया। उसने सबके प्रति सौहार्द, शांति, प्रेम, ख़ुशी, सही कार्य और सद्भावना को लगातार सोचकर अपने मन को अनुशासित किया। वह संतुलन, सौहार्द और आदर्श स्वास्थ्य को दोबारा स्थापित करने वाली उपचारक शक्ति के लिए एक खुला माध्यम बन गई। यह विरोधी है कि आप एक तरफ़ तो स्वास्थ्य और सौहार्द का दावा करें और इसके बावजूद यह अवचेतन विश्वास रखें

कि आपका उपचार नहीं किया जा सकता या नकारात्मक और विनाशकारी भावनाओं को क़ायम रखें। ईश्वर की उपचारक शक्ति और प्रेम किसी प्रदूषित मन में प्रवाहित नहीं हो सकता।

उसने अपने अवचेतन के चमत्कार कैसे खोजे

23 अप्रैल 1972 के लॉस एंजेलिस टाइम्स की वेस्ट मैग्ज़ीन में एक रोचक लेख छपा था, जो डिग्बी डायल और बिल लियर (लियर जेट के लिए मशहूर) के सवाल-जवाब पर आधारित था। इस बिंदु पर मैं इस लेख के कुछ प्रासंगिक बिंदुओं को शामिल करना चाहूँगा :

> शिकागो में रोटरी इंटरनेशनल में ऑफ़िस बॉय के रूप में शुरू करने वाले लियर ने अपनी आठवें ग्रेड तक की शिक्षा को काफ़ी चतुरता से बढ़ाया। उन्होंने अपने उल्लेखनीय अवचेतन मन का इस्तेमाल करके 28 मिलियन डॉलर की निजी दौलत कमाई। 'मैंने अपना पूरा जीवन आवश्यकताओं को खोजने और फिर उन्हें पूरा करने के तरीक़े खोजने में बिताया है। मैं बहुत सारी जानकारी एकत्रित करता हूँ, महत्त्वपूर्ण चीज़ों को चुन लेता हूँ और महत्त्वहीन चीज़ों को बाहर कर देता हूँ। मैं हमेशा लक्ष्य को दिमाग़ में रखता हूँ - मैं सबसे कम लागत में हर समस्या को सुलझाने पर ज़ोर देता हूँ।
>
> 'अवचेतन इस सृजनात्मक प्रक्रिया में एक अहम भूमिका निभाता है... आपके पास एक अवचेतन मन है, जो दरअसल एक कंप्यूटर है। आप इसमें सारी जानकारी भर देते हैं, जो आप संभवतः भर सकते हैं। फिर बस इसे अकेला छोड़ दें और यह तीस या कम दिनों में आपको जवाब दे देगा। हो सकता है कि आपको विश्वास न हो, लेकिन मैं आपको गारंटी देता हूँ कि आपको जवाब मिल जाएगा...
>
> हमारे शिक्षा तंत्र के साथ एक दुर्भाग्यपूर्ण चीज़ यह है कि हम अपने विद्यार्थियों को यह नहीं सिखाते हैं कि वे अपनी अवचेतन क्षमताओं का लाभ कैसे उठाएँ। हम उन्हें यह नहीं सिखाते हैं कि उनके पास एक कंप्यूटर है, जो ईश्वर से जुड़ा हुआ है, जिसने तुलनात्मक रूप से महत्त्वहीन विवरणों की असीमित संख्या को संगृहीत किया हुआ है, जिन्हें सही तरह से जोड़कर सही जवाब पाया जा सकता है।
>
> 'आप हालाँकि जानते नहीं हैं, लेकिन आप लगातार अपने अवचेतन का इस्तेमाल करते हैं। यह किसी नाम को भूलने और बाद में याद आने जैसा है। हुआ क्या था? आपने जानकारी अपने अवचेतन में डाल दी थी और फिर आप किसी दूसरी चीज़ के बारे में सोचने लगे थे, लेकिन आपके अवचेतन ने कहा, मुझे इस पर काम करना होगा और इसने जवाब पेश कर दिया। हम विद्यार्थियों को यह नहीं सिखाते हैं कि यह कैसे करना है। हम उन्हें यह भी नहीं बताते हैं कि उनके पास एक अवचेतन है... जो लोग विश्वास करते हैं कि उनकी क़िस्मत ख़राब होने वाली है, उनकी हो जाती है, क्योंकि

उन्होंने अपने मन की ऐसी ही प्रोग्रामिंग की है। जो लोग यक़ीन करते हैं कि उनकी क़िस्मत अच्छी होने वाली है और जवाब मिलने वाला है, वे आम तौर पर इसे पा लेते हैं, क्योंकि उन्होंने अपनी सफलता का विचार अपने अवचेतन में रख दिया है। हम बच्चों को दिखाते थे कि यह कैसे करना है, जब हम उन्हें प्रार्थना करना सिखाते थे। प्रार्थना अवचेतन में निर्देश भरने का एक और रूप है...'

ये कुछ जवाब थे, जो बिल लियर ने डिग्बी डायल को दिए। हाल ही में, बिल लियर ने पचास यात्रियों वाली एक प्रदूषणरहित बस बनाई है, जो भाप से चलती है। इससे यह साबित होता है कि इंटर्नल कम्बस्चन इंजन को विस्थापित किया जा सकता है।

आपके अवचेतन मन में ज़बर्दस्त शक्तियाँ भरी पड़ी हैं। यदि आप संसार की किसी भी समस्या का समाधान खोज रहे हैं, तो आप समाधान के बारे में जितनी जानकारी बटोर सकते हों, बटोर लें। दूसरे शब्दों में, इसे अपने चेतन मन से सुलझाने की कोशिश करें। जब आपके सामने पत्थर की दीवार आ जाए, तो आस्था और विश्वास के साथ अपने अवचेतन मन से आग्रह करें और आप पाएँगे कि यह सारी आवश्यक जानकारी इकट्ठी कर लेगा। जवाब तैयार करने के बाद यह इसे आपके चेतन मन के सामने पेश कर देगा।

उसने कैसे बिना रुके प्रार्थना की

मेक्सिको की हाल की एक यात्रा में कुछ मित्रों ने मेरा स्वागत किया। इस ख़ास घर में, जहाँ हम सभी अवचेतन मन की शक्तियों के बारे में बात कर रहे थे, एक आदमी अप्रवासी था, जो पिछले बीस सालों से मेक्सिको सिटी में रह रहा था। उसने मुझे बताया कि बीस साल से ज़्यादा समय पहले उसे कैंसर हो गया था। सैन फ़्रांसिस्को के एक डॉक्टर ने उसे बताया था कि उसके पास जीने के लिए केवल तीन महीने थे, क्योंकि कैंसर उसके पूरे तंत्र में फैल चुका था। उसकी एक साल की बेटी थी; उसकी पत्नी उन दोनों को छोड़कर चली गई थी। डॉक्टर की घोषणा से उसे भारी सदमा लगा।

मित्रों ने उसे टिजुआना, मेक्सिको में उपचार कराने की सलाह दी, जहाँ एक ख़ास क्लीनिक में रोगियों को एक अनूठे कैंसर उपचार से अद्भुत परिणाम मिल रहे थे। उसने अपनी बेटी किसी को गोद देने के बारे में सोचा। एजेंसी ने उसे बताया कि वे उसकी बेटी को किसी अच्छे घर में भेज देंगे। टिजुआना के क्लीनिक में लगभग दस इंजेक्शन के बाद वह पूरा स्वस्थ हो गया और उसके बाद दोबारा बीमार नहीं हुआ। बेशक इस आदमी को उस चिकित्सा में गहरा विश्वास था और उसके अवचेतन ने इसी अनुरूप प्रतिक्रिया की।

चाहे आपकी आस्था की वस्तु सच्ची हो या झूठी, आपको अपने अवचेतन से वही परिणाम मिलेंगे। यह हमेशा आपके गहरे विश्वास या मान्यता पर प्रतिक्रिया करता है। इस पूर्व

कैंसर रोगी को अंधा विश्वास था कि अगर खूबानी के रस का इंजेक्शन दिया जाएगा, तो वह ठीक हो जाएगा।

स्वस्थ होने के बाद वह सैन फ़्रांसिस्को लौटा और उसने अपनी बेटी को खोजने की कोशिश की, लेकिन उसे जानकारी नहीं मिल पाई कि किन लोगों ने उसे गोद लिया था। एजेंसी ने बताया कि क़ानूनन उसे जानकारी नहीं दी जा सकती। फिर उसने सैन फ़्रांसिस्को की एक मित्र से परामर्श लिया। उस महिला ने उससे कहा, 'अथक प्रार्थना करेंगे, तो आप उसे पा लेंगे।' उसने उससे पूछा, 'कैसे?' मित्र ने कहा, 'आप अपनी बेटी से प्रेम करते हैं और आप बिना थके प्रेम कर सकते हैं। आप कभी अपनी बेटी से प्रेम करना नहीं छोड़ते हैं। आपको दिन भर उसके बारे में नहीं सोचना है, लेकिन आपका प्रेम कभी नहीं मरता है, कभी नहीं सोता है, कभी नहीं थकता है। प्रेम आपको उसकी ओर ले जाएगा।'

वह हर रात अपने अवचेतन से बात करते हुए कहता था, 'प्रेम रास्ता खोल देता है और मैं अपनी बेटी से दोबारा मिलता हूँ।' लगभग एक सप्ताह के अंत में उसे एक बहुत स्पष्ट सपना दिखा। इसमें उसने अपनी बेटी को अपने नए अभिभावकों के साथ स्पष्टता से देखा। वह सैन फ़्रांसिस्को का पता जानता था, क्योंकि यह सपने में उसे स्पष्टता से दिखाया गया था।

अगले दिन वह वहाँ गया और उसने अपनी बेटी को गोद लेने वाले अभिभावकों को बताया कि वह कौन था। उसने कहा कि वह अपनी बेटी को बस दोबारा देखना चाहता था। उसने स्पष्ट कर दिया कि उसका उनसे बच्ची छीनने का कोई इरादा नहीं था। उसने उन्हें अपने दर्द और दहशत के बारे में बताया, जब उसे जानकारी दी गई थी कि उसके पास जीने के लिए केवल तीन महीने थे। उसने बताया कि वह चाहता था कि उसकी बेटी की सही देखभाल हो। उसकी चरम परिस्थितियों में उसने सोचा था कि इकलौता तरीक़ा यही था कि बच्ची को गोद लेने वाले केंद्र में पहुँचा दिया जाए।

नए अभिभावकों ने कहा कि बच्ची अभी इतनी छोटी है कि समझ नहीं सकती, लेकिन वे उसके प्रति बहुत दयालु थे और उन्होंने उसे आश्वस्त किया कि उनके घर में उसका हर समय स्वागत है। जब बच्ची पर्याप्त बड़ी हो जाएगी, तो वह भी समझ जाएगी। अब वह और उसकी बेटी नियमित पत्राचार करते हैं और वह मेक्सिको में कई बार उसके घर आ चुकी है। उसने बिना थके प्रेम किया, जबकि उसके अवचेतन ने, जो सब कुछ जानता है और देखता है और जिसके पास उपलब्धि का सारा ज्ञान है, ने दैवी योजना में रास्ता खोल दिया। प्रेम कभी असफल नहीं होता।

टेलीसाइकिक्स और प्रार्थना

जैसा पहले बताया गया था, टेलीसाइकिक्स आपके अवचेतन के साथ संपर्क करके समस्याओं के समाधान और जवाब पाना है। बाइबल कहती है, सिर्फ़ शब्द कहो और मेरे सेवक का उपचार हो जाएगा। - मैथ्यू 8.8। शब्द एक स्पष्ट रूप से परिभाषित विचार या भलाई की धारणा है। उपचार का मतलब केवल शारीरिक उपचार ही नहीं है, बल्कि मन का, धन का, पारिवारिक संबंधों का, आपके या किसी दूसरे से संबंधित कारोबारी और आर्थिक स्थितियों का उपचार भी है।

आपका चेतन मन चयनशील होता है, इसलिए शंका, चिंता, आलोचना आदि पर केंद्रित न हों। शंकालु और ग़ैर-विश्वासी व्यक्ति को मुश्किल समय का सामना करना होता है। शब्द आपका विश्वास है - आप जिसमें सचमुच विश्वास करते हैं। आप जल्दबाज़ी करके या शीघ्रता करके या किसी तरह का मानसिक दबाव डालकर प्रार्थना में सफल नहीं होते हैं। अपने अवचेतन को कोई चीज़ करने के लिए विवश करना वैसा ही है, जैसे कोई महिला कहे, 'मुझे यह समस्या शनिवार को सुलझाना है - यह बेहद महत्त्वपूर्ण है।'

तनावग्रस्त या चिंतित होने के बजाय अपना आग्रह शांति से आस्था और विश्वास के साथ अपने अवचेतन मन को सौंप दें, यह जानते हुए कि जिस तरह ज़मीन में बोया गया बीज अपनी तरह के फल देता है, उसी तरह आपके आग्रह का जवाब भी आपकी इच्छा के अनुरूप ही होगा।

किस तरह उसके बेटे ने उसकी समस्या सुलझाई

हाल में, एक आदमी ने मुझे बताया कि वह दिवालिया होने वाला था। वह बौखला गया और उसे अहसास हुआ कि उसकी असफलता से कई लोगों को नुक़सान होगा। उसने अपने बेटे से कहा कि वह ईश्वर से शांति तथा मुक्ति के लिए प्रार्थना करे और बताया कि 'डैडी मुश्किल में हैं।' अचानक, अप्रत्याशित रूप से मित्र उसके बचाव के लिए आ गए और उसकी वित्तीय समस्या को सुलझा दिया।

उसके बेटे ने उसे पहले ही बता दिया कि एक देवदूत ने उसके सपने में आकर उसे बता दिया था कि उसके डैडी का काम हो गया था। बच्चे ने सहजता से विश्वास कर लिया। जब आप प्रार्थना करते हैं, तो आपको इस अर्थ में छोटा बच्चा बन जाना चाहिए कि बच्चा इतना आलोचक, विश्लेषणात्मक या उदासीन नहीं होता। आध्यात्मिक गर्व प्रार्थना का एक बड़ा खोट है। तनावरहित हों, जाने दें, अपने ज़्यादा गहरे मन पर भरोसा करें और बच्चे जैसी आस्था रखें। आपको भी जवाब मिल जाएगा।

कैसे एक बैंकर अपने अवचेतन का इस्तेमाल करता है

मेरा एक बैंकर मित्र दावा करता है कि वह समस्याओं को इस तरह सुलझाता है :

> मैं अपने भीतर की ईश्वरीय उपस्थिति के बारे में सोचता हूँ और इस तथ्य पर विचार करता हूँ कि ईश्वर असीम बुद्धिमत्ता है, असीम शक्ति है, असीम प्रेम है, असीम प्रज्ञा है और ईश्वर के लिए कुछ भी असंभव नहीं है। ईश्वर इस आग्रह पर ध्यान दे रहा है और मैं जवाब को अभी, इसी पल स्वीकार करता हूँ। मैं आपको धन्यवाद देता हूँ, परम पिता।

वह कहता है कि विनम्रता और ग्रहणशीलता की यह तकनीक कभी असफल नहीं होती। जब भी कोई नकारात्मक विचार आपके मन में आए, तो हर बार उस पर हँस दें। मानसिक रूप से तनावमुक्त हो जाएँ।

सफल प्रार्थना की ख़ुशी कैसे महसूस करें

लोग अक्सर दावा करते हैं कि वे किसी ऐसी चीज़ की अनुभूति नहीं कर सकते, जो अनुभव नहीं की गई है। देखिए, अगर मैं आपको बताऊँ कि सबसे अद्भुत चीज़ हो गई है और मैं आपको विवरण न बताऊँ, बल्कि कुछ मिनट तक आपको असमंजस में रखूँ, तो क्या आप सुखद प्रत्याशा का अनुभव नहीं कर सकते? इसी तरह, आप सफल प्रार्थना की ख़ुशी में भी प्रवेश कर सकते हैं।

स्मरणीय बिंदु...

1. एक महिला ने अपने ग्लॉकोमा का इलाज यह दावा करके, महसूस करके और जानकर किया कि उसके अवचेतन मन की सृजनात्मक प्रज्ञा, जिसने उसकी आँखों को बनाया था, उनका उपचार कर देगी। उसने अक्सर दावा किया: 'सृजनात्मक प्रज्ञा, जिसने मेरे शरीर को बनाया है, इस समय मेरी आँखों को दोबारा बना रही है।' उसने यह कल्पना भी की कि उसका डॉक्टर उसे बता रहा था कि एक चमत्कार हो गया है और उसे पूर्ण स्वास्थ्यलाभ का अनुभव हुआ।
2. एक महिला को स्वास्थ्य की प्रार्थना करने के कोई परिणाम नहीं मिले, क्योंकि वह कई लोगों के प्रति द्वेष, शत्रुता और दुर्भावना रखती थी। इससे उसके उपचार में बाधा पड़ी और उसकी हालत धीरे-धीरे बिगड़ती चली गई। उसने अप्रिय विचार रखने के लिए ख़ुद को क्षमा करने और इनकी जगह पर ईश्वर-सदृश विचार रखने का निर्णय लिया।

साथ ही, उसने उन लोगों को आशीष दिया, जिनसे वह द्वेष करती थी। अंत में सारा द्वेष और शत्रुता चली गई; और इसके साथ ही बीमारी भी चली गई।

3. भाप से चलने वाली बस और कई अन्य असाधारण आविष्कारों के आविष्कारक बिल लियर अपनी सारी सफलता का श्रेय अपने अवचेतन मन के ज्ञान को देते हैं। वे किसी इंजीनियरिंग या शोध प्रोजेक्ट का सारे पहलुओं से अध्ययन करते हैं और जब वे अपने मन में बंद गली में पहुँच जाते हैं और समस्या को नहीं सुलझा पाते, तो वे अपना विचार अपने अवचेतन मन के हवाले कर देते हैं, जहाँ यह अंधकार में उगता है और सारी आवश्यक जानकारी हासिल कर लेता है। जब बिल लियर किसी दूसरी चीज़ में उलझे रहते हैं या उसके बारे में भूल चुके होते हैं, तो उनका अवचेतन उनके सामने जवाब पेश कर देता है। सृजनात्मक विचारों के लिए अपने अवचेतन का दोहन करके उन्होंने 28 मिलियन डॉलर से ज़्यादा एकत्रित कर लिए हैं।

4. आप बिना रुके प्रार्थना करते हैं, लेकिन दिन भर प्रार्थना नहीं करते हैं। इसका अर्थ है कि आप सृजनात्मक तरीक़े से और प्रेमपूर्ण तरीक़े से सोचते हैं। एक आदमी अपनी बेटी से प्रेम करता है; उसका प्रेम कभी असफल नहीं होता, कभी नहीं थकता। वह दिन भर व्यस्त रहता है, लेकिन जब भी वह उसके बारे में सोचता है, उसके भीतर प्रेम उमड़ आता है। प्रेम कभी नहीं मरता और कभी बूढ़ा नहीं होता; यह अमर है। एक आदमी की बच्ची को गोद ले लिया गया था और वह उसे दोबारा देखना चाहता था। उसके अवचेतन ने उसके प्रेम पर प्रतिक्रिया करके उसे बता दिया कि वह कहाँ थी। इससे एक सुखद पुनर्मिलन हुआ।

5. आप मानसिक दबाव के ज़रिये अवचेतन मन में बीज नहीं बो सकते। तनावमुक्त हो जाएँ, शिथिल रहें - बस आस्था और विश्वास के साथ आग्रह करें, इस दिली भरोसे के साथ कि जवाब निश्चित रूप से मिलेगा।

6. एक आदमी दिवालिया होने की कगार पर था। वह दहशत में था और उसने अपने बेटे से कहा कि वह उसके लिए प्रार्थना करे। बच्चे को पूरा भरोसा था कि ईश्वर उसके पिता की देखभाल करेगा और उसके अवचेतन ने उसे एक प्यारे देवदूत के ज़रिये जवाब दिया, जिसने उसे बताया कि उसके पिता के साथ कुछ बुरा नहीं होगा। मित्र उसकी सहायता के लिए आ गए और वह दिवालिया नहीं हुआ। जब हम प्रार्थना करते हैं, तो हमें अपने अहं और झूठे गर्व को एक तरफ़ रख देना चाहिए और उसे सच के रूप में स्वीकार करना चाहिए, जिसे हमारी तर्कशक्ति और इंद्रियाँ नकारती हैं।

7. एक बैंकर सभी पहलुओं से ईश्वर के बारे में सोचकर सबसे मुश्किल समस्याओं को सुलझाता है - असीम प्रेम, असीम सौहार्द, असीम बुद्धिमत्ता, असीम प्रज्ञा और सर्वव्यापी शक्ति। फिर वह अपने उच्चतर स्वरूप से कहता है, 'तुम इस आग्रह को पूरा

कर रहे हो और मैं अभी, इसी पल जवाब को स्वीकार करता हूँ।' उसे दैवी परिणाम मिलते हैं।

8. यदि आप रेगिस्तान में यात्रा कर रहे हों और बहुत प्यासे हों, तो क्या दूरी पर एक नख़लिस्तान देखकर आपको सुखद प्रत्याशा नहीं होगी? इसी तरह, आप सुखद भावना में पहुँच सकते हैं, बशर्ते आप अभी अपनी प्रार्थना का जवाब महसूस करें। अगर आप अपना घर बेचना चाहते हों और एक ख़रीदार आकर आपको क़ीमत चुका दे, तो आप ख़ुश होंगे। इसे उलट दें और बेचने पर होने वाली सुखद भावना ग्राहक को आपकी ओर आकर्षित करेगी। क्रिया और प्रतिक्रिया समान होती हैं।

14

टेलीसाइकिक्स की शक्ति, जो जीवन की अच्छी चीज़ें आपकी ओर लाती है

पिछले सप्ताह एक महिला से मेरी बातचीत हुई, जो बहुत उद्विग्न थी, क्योंकि उसके पति ने उसे बताया था कि वह उसे छोड़कर एक दूसरी महिला के साथ रहने जा रहा है। उसने कहा कि तीस साल के वैवाहिक जीवन के बाद यह बहुत बड़ा झटका था। मैंने उसे एक पंक्ति का मतलब समझाया:मैं अपने सारे क्लेश में बेहद ख़ुश हूँ - कोरिन्थियन्स 7:4। इसका मतलब है कि चाहे जो हो जाए आपको ख़ुश होना चाहिए कि ईश्वर यानी आपके अवचेतन मन के भीतर की सर्वशक्तिमान जीवित आत्मा के पास आपके लिए भविष्य में कुछ अच्छा है। आपको तो बस अपने मन और दिल को खोलना है तथा अद्‌भुत उपहार को अपने अस्तित्व की गहराइयों से पाना है।

मैंने यह भी सुझाव दिया कि उसे 'पति को छोड़ देना' चाहिए और उसके लिए जीवन की सारी नियामतों की कामना करनी चाहिए, यह जानते हुए कि दैवी सही कार्य उसे संचालित करते थे; क्योंकि सच्चा प्रेम हमेशा मुक्त करता है। मैंने कहा कि उसे यह अहसास करना होगा कि जो पति के लिए सही कार्य है, वह उसके लिए सही कार्य है। इसी अनुसार उसने अपने पति को पूरी तरह से मुक्त कर दिया और लास वेगस में तलाक ले लिया। वह ख़ुद से बार-बार कहती रही, 'मैं आनंदित हूँ और धन्यवाद देती हूँ, क्योंकि ईश्वर के चमत्कार और वरदान इस समय मेरे जीवन में सक्रिय हैं।'

अपने टेलीसाइकिक नज़रिये के फलस्वरूप, जिसका मतलब बस यह है कि उसने अपने अवचेतन की बुद्धिमत्ता के साथ चेतन सामंजस्य बैठाया और संवाद किया, उसके पूर्व पति से उल्लेखनीय प्रतिक्रिया मिली, जिसने इस दौरान पुनर्विवाह कर लिया था। उसने उस महिला को क़ानूनी अनुबंध के अलावा 50,000 डॉलर अतिरिक्त दिए। कुछ समय बाद, जिस वकील ने उस महिला का मुक़दमा लड़ा था, उसने उसके सामने प्रणय निवेदन किया और अब वे सुखद रूप से विवाहित हैं। (मुझे यह विवाह कराने का सौभाग्य मिला था।)

उस महिला ने मुझसे कहा, 'मैं अब जान गई हूँ कि टेलीसाइकिक्स क्या है: इसका अर्थ ईश्वर के साथ संपर्क करना है।' इस महिला को अहसास हुआ कि 'अपने क्लेश में

आनंदित होने’ का एक आंतरिक अर्थ था। इसका अर्थ यह नहीं है कि आप दर्द होने या बीमार होने या त्रासदी का अनुभव करने में आनंदित हों। इसके बजाय आप तो इसलिए ख़ुश होते और धन्यवाद देते हैं, क्योंकि आप जानते हैं कि एक ईश्वरीय उपचारक उपस्थिति है, जो हमेशा उपचार करने और आपके अस्तित्व को दोबारा नया करने की इच्छुक है, बशर्ते आप अपना दिलोदिमाग़ इसे प्राप्त करने के लिए खोल दें। यही नहीं, आप इसलिए आनंदित होते हैं, क्योंकि आप जानते हैं कि ईश्वरीय जीवन की इच्छा ज़्यादा स्वतंत्रता, ख़ुशी, आनंद, शांति और जीवंतता के लिए है - दूसरे शब्दों में, अधिक प्रचुर जीवन। जीवन हमेशा आपके ज़रिये ज़्यादा ऊँचे स्तरों पर ख़ुद को व्यक्त करना चाहता है। टेलीसाइकिक बन जाएँ; अपने ज़्यादा गहरे मन में ईश्वरीय समृद्धि के साथ संवाद करें। आपको शानदार और अद्भुत प्रतिक्रिया मिलेगी।

टेलीसाइकिक्स उसके जीवन में सफलता कैसे लाई

कुछ साल पहले मैंने एक आदमी से बात की, जिसकी एक प्रतिभाशाली पृष्ठभूमि थी, लेकिन जैसा उसने ख़ुद कहा, ‘मैं कभी कहीं पहुँचता नज़र नहीं आता हूँ।’ यह आदमी अपनी आत्मा के बारे में कुछ नहीं जानता था और यह भी नहीं जानता था कि इसके साथ संवाद कैसे करना है।

मैंने उसे समझाया कि एक सफल जीवन और व्यक्ति के विचार तंत्रों तथा मानसिक चित्रों के बीच एक निश्चित संबंध होता है। किसी भी पुरुष या महिला के लिए सफल होना दरअसल तब तक असंभव है, जब तक कि वह सफलता के साथ सामंजस्य न कर ले। सफलता सफल तरीक़े से जीना है। इसका मतलब है कि आप अपने प्रार्थना जीवन में सफल हैं, दूसरे लोगों के साथ अपने संबंधों में सफल हैं, अपने चुने हुए काम में सफल हैं और अपनी आत्मा के साथ संवाद करने में सफल हैं।

यह आदमी कई सालों से दुविधा, डर और असफलता के साथ सामंजस्य कर रहा था। अब उसने अपने मानसिक नज़रिये को उलट लिया और बार-बार दावा किया :

> मैं अब सफलता, सौहार्द, शांति और समृद्धि के साथ मानसिक व भावनात्मक रूप से जुड़ गया हूँ और मैं जानता हूँ कि इस पल के बाद मैं आकर्षण का चुंबकीय केंद्र हूँ, जो अपनी आत्मा (अवचेतन) की शक्तियों को पुनर्जीवित करता है और जिसका मैं दावा करता हूँ, उसे बाहरी प्रकटीकरण में लाता हूँ।

उसने भावना के साथ जानते हुए और अर्थपूर्ण तरीक़े से इन सत्यों का दावा किया, दिन में कई बार। जब डर या असफलता के विचार उसके मन में आए, तो उसने तुरंत इन

शब्दों के साथ नकारात्मक विचार को तुरंत ख़त्म कर दिया, 'सफलता और दौलत अब मेरी है।' जब भी नकारात्मक विचारों ने उसके मन का दरवाज़ा भड़भड़ाया, उसने उन्हें यह कहकर लौटा दिया, 'सफलता और दौलत अब मेरी है।' कुछ समय बाद इन नकारात्मक विचारों ने सारी गति गँवा दी और वह सीधी लकीर का चिंतक बन गया, यानी सृजनात्मक चिंतक - एक ऐसा आदमी जो सिद्धांतों और शाश्वत सत्यों के दृष्टिकोण से सोचता है।

अपनी आत्मा के साथ इस संवाद में, जिसे हम टेलीसाइकिक्स कहते हैं, उसके मन में मानसिक और आध्यात्मिक नियमों का शिक्षक बनने की एक प्रबल इच्छा जागी। आज वह एक पादरी है, जो मन के नियम सिखा रहा है। वह अपने काम से प्रेम करता है और अपने जीवन के सभी पहलुओं में असाधारण रूप से सफल है। जब उसने अपनी साइकी के साथ सही तरीक़े से संवाद करना शुरू किया, तब प्रतिक्रिया मिली। अवचेतन ने जीवन में उसकी सच्ची जगह दिखाई और उसके दिल की इच्छा को साकार करने के लिए सारे दरवाज़े खोल दिए।

आप जो करने से प्रेम करते हैं, अगर आप वह कर रहे हैं, तो आप ख़ुश और सफल हैं।

टेलीसाइकिक्स आपको सिखाता है कि जो क़ानून आपको बाँधता है, वही क़ानून आपको मुक्त करता है

अच्छा सोचेंगे, तो अच्छा होगा; अभाव सोचेंगे, तो अभाव होगा। आप किसी भी शक्ति का इस्तेमाल दोनों तरीक़ों से कर सकते हैं। जब आप चेतन रूप से सौहार्द, स्वास्थ्य, शांति, समृद्धि और सही कार्य पर केंद्रित होते हैं और अपने मन को इन विचार-चित्रों से व्यस्त रखते हैं, तो आप वही काटेंगे, जो आपने बोया है। दूसरी ओर, यदि आप चेतन रूप से असफलता, अभाव, सीमा या डर पर केंद्रित रहते हैं, तो आप अपनी नकारात्मक सोच के परिणाम अनुभव करेंगे।

ईश्वर सदृश विचारों पर बारंबार एकाग्रता आपके जीवन में चमत्कार कर देगी। वही हवा नाव को चट्टानों से टकरा देती है या उसे सुरक्षित बंदरगाह तक पहुँचा देती है।

टेनीसन ने कहा था, 'संसार जिसके सपने भी नहीं देख सकता, उससे ज़्यादा चीज़ें प्रार्थना से मिलती हैं।' प्रार्थना सोचने का एक तरीक़ा है; यह सृजनात्मक मानसिक नज़रिया है, जिसके साथ यह सतत जागरूकता रहती है कि आप अपने अवचेतन मन पर जो भी छाप छोड़ते हैं, वह संसार के पर्दे पर प्रकट हो जाएगी।

एक लड़के की टेलीसाइकिक योग्यता ने उसकी माँ की जान कैसे बचाई

लगभग दस साल का एक लड़का हर सुबह मेरे रेडियो कार्यक्रम सुनता है। उसने मुझे एक पत्र लिखा कि हर रात सोने जाने से पहले वह मेरी प्रार्थना दोहराता है, जो मैंने उसे कुछ महीने पहले भेजी थी। यह इस तरह है :

> मैं शांति में सोता हूँ, मैं आनंद में जागता हूँ। ईश्वर मुझसे और मेरी माँ से प्रेम करता है और हमारी रक्षा करता है। ईश्वर मुझे हर चीज़ बताता है, जो मुझे हर जगह हर समय पता होनी चाहिए।

इस लड़के को अक्सर बुरे सपने आते थे, लेकिन हर रात ऊपर बताई गई प्रार्थना का इस्तेमाल करने ने अंततः इन नकारात्मक रात्रिकालीन घटनाओं का उपचार कर दिया।

उसकी माँ एक दिन किचन में उसके लिए खाना बना रही थीं, जब वह स्कूल से लौटकर आया। अचानक वह दौड़कर किचन में गया और ज़ोर से चीख़ते हुए बोला: 'मम्मी, बाहर निकलो, अभी! विस्फोट होने वाला है!' उसकी माँ ने उसकी ओर देखा, उसके राख जैसे चेहरे और उसके काँपते शरीर पर नज़र डाली और वे दोनों तेज़ी से भागते हुए आँगन में पहुँचे। कुछ ही पल बाद किचन में एक गैस विस्फोट हो गया, जो स्पष्ट रूप से कहीं पर रिसाव की वजह से हुआ था, जिसने मकान के उस हिस्से को आंशिक रूप से तबाह कर दिया। उस लड़के ने एक आंतरिक आवाज़ सुनी थी, जिसने उसे वह करने और कहने का आदेश दिया, जो उसने किया।

यही सक्रिय टेलीसाइकिक्स है। हर रात, यह लड़का प्रार्थना कर रहा था कि ईश्वर या ईश्वरीय प्रज्ञा, उसकी तथा उसकी माँ की रक्षा कर रही थी और उसे हर चीज़ बता दी जाएगी, जो भी उसे पता होनी चाहिए। अपनी साइकी या अवचेतन के साथ उसके सतत संवाद ने वह प्रतिक्रिया उत्पन्न की, जो उसकी माँ की जान बचाने के लिए ज़रूरी थी।

अपनी परेशानियों को हटाने के लिए उसने टेलीसाइकिक्स का इस्तेमाल कैसे किया

कुछ समय पहले मैंने एक युवा महिला से बातचीत की, जो अपने चौथे तलाक़ से उसी समय गुज़री थी। अब वह दो 'परेशानियों' से घिरी थी, यानी द्वेष और ईर्ष्या, जो दरअसल मानसिक विष हैं। उसने अपने पिछले पति को कभी माफ़ नहीं किया था और उसके प्रति

गहरे द्वेष की वजह से वह अवचेतन आकर्षण के नियमों के अनुसार उसी तरह के पुरुषों को आकर्षित करती रही। दरअसल, दोष देने के लिए ख़ुद के सिवाय कोई दूसरा था ही नहीं।

उसे अहसास होने लगा कि द्वेष एक नकारात्मक, विनाशकारी भाव है, जो उसके भीतर एक आत्मिक दर्द उत्पन्न कर देता है, जिससे उसका पूरा शरीर कमज़ोर हो जाता है और आत्मविनाश का एक अवचेतन तंत्र बन जाता है। द्वेष करना ख़ुद से बदला लेना है।

दूसरी परेशानी थी ईर्ष्या, जो डर तथा असुरक्षा व हीनता के एक गहरे अहसास की संतान है। जैसा अक्सर होता है, व्याख्या ही इलाज बन जाती है। वह जागरूक बन गई कि ईर्ष्या का मतलब किसी दूसरे व्यक्ति को सिंहासन पर बैठाना और ख़ुद को नीचे गिराना था। उसने दूसरों के साथ तुलना करना छोड़ दिया और यह अहसास करने लगी कि वह अनूठी थी, कि संसार में उसके जैसा कोई दूसरा नहीं था और जो भी वह चाहती थी, उसमें उस पर दावा करने की क्षमता थी और वह अपने भीतर जिसे सच महसूस करती थी, उसका अवचेतन उसकी पुष्टि करेगा।

वह इस तरह प्रार्थना करती थी :

मैं अपने सभी पूर्व-पतियों को पूरी तरह से ईश्वर के हवाले करती हूँ और मैं उनके लिए जीवन के सभी वरदानों की सचमुच कामना करती हूँ। मैं जानती हूँ कि उनकी ख़ुशक़िस्मती मेरी ख़ुशक़िस्मती है और उनकी सफलता मेरी सफलता है। मैं इस बारे में पूरी तरह जागरूक हूँ कि जो जहाज़ मेरे भाई के लिए घर आता है, वह मेरे लिए भी आता है। मैं जानती हूँ कि प्रेम और ईर्ष्या इकट्ठे नहीं रह सकते। मैं नियमित और सुनियोजित रूप से दावा करती हूँ कि ईश्वर का प्रेम मेरी आत्मा को पूरा भरता है और ईश्वर की शांति मेरे मन में लबालब भरी है। मैं अब एक ऐसे व्यक्ति को आकर्षित कर रही हूँ, जो हर तरीक़े से मेरे सामंजस्य में रहता है और हमारे बीच आपसी प्रेम, स्वतंत्रता तथा सम्मान है। मैं नकारात्मक विचार रखने के लिए ख़ुद को क्षमा करती हूँ। जब भी मेरे किसी पूर्व-पति की तस्वीर मेरे मन में आती है, तो मैं उसकी पुरानी छवि के बजाय एक दयालु, एक शांत चित्र रख दूँगी। मैं जानती हूँ कि कब मैंने सचमुच माफ़ कर दिया है, क्योंकि तब पूर्व पतियों की याद आने पर मैं कोई द्वेष महसूस नहीं करूँगी। मैं अब शांति में हूँ।

उसने इन सत्यों को दिन में कई बार दोहराया और वह जानती थी कि इस तरह वह उन्हें अपने अवचेतन मन पर अंकित कर रही थी। उसे एक आंतरिक और बाहरी कायाकल्प का अनुभव हुआ। उसने एक अद्भुत पादरी से विवाह कर लिया और जीवन में उनकी यात्रा आगे की ओर, ऊपर की ओर और ईश्वर की ओर रही है।

इस महिला ने सीखा कि द्वेष वह कड़ी है, जो आपको उस व्यक्ति से अटल रूप से जोड़ती है, जिससे आप द्वेष करते हैं। जब आप चोट पहुँचाने वाले व्यक्ति को क्षमा करते हैं

और आशीष देते हैं, तो आप मुक्त हो जाते हैं। जब आपकी क्षमा सच्ची होती है, तो सामने वाले की याद या मानसिक चित्र आने पर आप भुनभुनाएँगे नहीं - कोई द्वेष नहीं होगा और आप शांति में रहेंगे।

स्मरणीय बिंदु...

1. क्लेश में आनंदित होना निश्चित रूप से विरोधाभासी नज़र आता है। बहरहाल, इसका अर्थ यह ज्ञान है कि जब आप अंदर वास करने वाली उपस्थिति की ओर मुड़ते है, तो यह आप पर प्रतिक्रिया करेगी, आपका उपचार करेगी, सारे आँसू पोंछ देगी और आपको ख़ुशी तथा मानसिक शांति के उच्च मार्ग पर पहुँचा देगी। एक महिला के पति ने उसे छोड़ दिया, लेकिन वह आनंदित होने लगी कि ईश्वर के पास उसके लिए भविष्य में कुछ अद्‌भुत और शानदार था। जब उसने क्षमा करना जारी रखा, तो उसने पाया कि उसका पूर्व-पति आर्थिक दृष्टि से उसके प्रति ज़रूरत से ज़्यादा उदार रहा था और इसके कुछ समय बाद ही उसने अपने सपनों के पुरुष को अपनी ओर आकर्षित कर लिया और अब वह सुखद रूप से विवाहित है। उसने इस संसार में ईश्वर की अच्छाई का आनंद लिया और टेलीसाइकिक्स ने उसे ज़बर्दस्त लाभ पहुँचाया।

2. किसी के लिए सफल होना दरअसल तब तक असंभव है, जब तक कि वह सफलता के साथ अपना तादात्म्य न कर ले। सफलता सफल जीवन जीना है। अपने मन को 'सफलता और दौलत' के विचारों से सराबोर कर लें और जब असफलता या डर के नकारात्मक विचार मन में आएँ, तो उनकी जगह पर तुरंत सफलता और दौलत के विचार रख लें। कुछ समय बाद आपका मस्तिष्क सफलता और दौलत के साँचे में ढल जाएगा। इस तरह अपनी आत्मा के साथ संवाद करने पर आपके सच्चे गुण और योग्यताएँ उजागर हो जाएँगी और आप सफल होने के लिए मजबूर हो जाएँगे।

3. वह क़ानून जो आपको बाँधता है, वही आपको स्वतंत्र भी करता है। अच्छाई सोचेंगे, तो अच्छा होगा; नकारात्मक तरीक़े से सोचेंगे, तो नकारात्मक चीज़ें होंगी। अगर आपने अपने अवचेतन पर अभाव, सीमा और असफलता के विचार अंकित किए हैं, तो आप सफलता, समृद्धि, शांति, सौहार्द और सही कार्य के विचारों के साथ अपने मन को व्यस्त रखकर इस साँचे को उलट सकते हैं। आप पुराने साँचों को मिटा देंगे और आपका अवचेतन पुराने बंधनों से आपको मुक्त कर देगा।

4. एक छोटे लड़के ने किचन में विस्फोट से अपनी माँ को बचा लिया। वह हर रात अपने अवचेतन की बुद्धिमत्ता के साथ संवाद करके टेलीसाइकिक्स का अभ्यास करता था और यह आग्रह करता था कि प्रेम और उसके ज़्यादा गहरे मन की बुद्धिमत्ता उसकी

तथा उसकी माँ की रक्षा करेगी। उसका अवचेतन जानता था कि किचन में गैस का रिसाव है, जहाँ उसकी माँ काम कर रही थी, इसलिए वह उस लड़के से एक प्रबल आंतरिक आवाज़ में बोला और लड़के ने अपनी माँ से चिल्लाकर तुरंत बाहर निकलने को कहा। यह सच्ची टेलीसाइकिक्स है। आपके भीतर वह बुद्धिमत्ता है, जो सब कुछ जानती है और सब कुछ देखती है और जब आप इससे कहते हैं कि यह आपके सामने वह उजागर कर दे, जो आपको सारे समय जानने की ज़रूरत है, तो यह ऐसा कर देगी और इससे भी ज़्यादा करेगी।

5. द्वेष बाँधने वाली कील है। यह विनाशकारी मानसिक विष है, जो आपकी जीवंतता, उत्साह और ऊर्जा को चूस लेता है। ईर्ष्या डर की संतान है और असुरक्षा तथा हीनता के अहसास पर आधारित है। इन दो 'छोटी लोमड़ियों' की शिकार एक महिला ने चार पतियों को आकर्षित किया था, जिनमें से प्रत्येक पहले वाले से बदतर था। द्वेष और ईर्ष्या के उसके अवचेतन अतीन्द्रिय साँचे ने आकर्षण के नियम के अनुसार समान प्रकार के व्यक्तियों को आकर्षित किया था। उसने मानसिक रूप से अपने चारों पूर्व-पतियों को मुक्त कर दिया, उनके लिए स्वास्थ्य, ख़ुशी और शांति की कामना की और यह जान लिया कि जब उनकी याद आने पर भी वह शांत रहेगी, तो वह सफल हो जाएगी। वह इस मानसिक और आध्यात्मिक अभ्यास में सफल हुई। फिर उसने आध्यात्मिक प्रवृत्ति के एक अद्भुत आदमी को आकर्षित किया और वे सुखपूर्वक जी रहे हैं।

15

टेलीसाइकिक्स को अपने जीवन का कायाकल्प कैसे करने दें

मेरी सबसे लोकप्रिय पुस्तक के एक पाठक और रेडियो श्रोता का नीचे दिया पत्र ख़ुद ही सब कुछ बयां कर देता है। इस पत्र के लेखक ने मुझे इसे प्रकाशित करने की अनुमति दी है।

लॉस एंजेलिस, कैलीफ़ोर्निया

प्रिय डॉ. मर्फ़ी,

लगभग पाँच साल पहले मैंने आपका रेडियो प्रसारण सुनना शुरू किया, जिसने तुरंत मेरा ध्यान खींच लिया, क्योंकि आपके कथन बहुत साहसी, प्रभावी और सकारात्मक थे, जिनमें से कई उसके ठीक विपरीत थे, जो मुझे मेरे जीवन के पूरे पचास सालों में बताया गया था। मेरा जीवन अस्त-व्यस्त हालत में था, आर्थिक दृष्टि से, आध्यात्मिक दृष्टि से और घरेलू दृष्टि से, इसलिए मैंने तर्क किया कि आपकी नसीहतों पर अमल करने में क्या नुक़सान हो सकता है।

मैं विलशायर एबेल थिएटर में आपके रविवार सुबह के प्रवचन में जाने लगा और मैंने आपकी पुस्तक द पावर ऑफ़ यॉर सबकॉन्शस माइंड पढ़ी। इस पुस्तक की वजह से मेरी सोच में 180 डिग्री का परिवर्तन हुआ। जब मेरी सोच बदली, तो मेरी परिस्थितियाँ भी बदलीं, क्योंकि ऐसा होना अनिवार्य है।

जब मैंने पहलेपहल आपके प्रवचन सुनना और पढ़ना शुरू किया, तो मेरी कार इतनी पुरानी थी कि मैं शर्म से बचने के लिए उसे विलशायर एबेल से थोड़ी दूर ही खड़ी करता था। मेरे पास कोई नौकरी या पद नहीं था, न ही मैं यह जानता था कि मुझे किस तरह की नौकरी या पद की तलाश करनी चाहिए। मेरा परिवार और मैं एक भीड़ भरे अपार्टमेंट में रह रहे थे और मेरा किराया बाक़ी था। मैं डरावनी, निराशाजनक मानसिक अवस्था में था और यह नहीं जानता था कि किस ओर मुड़ूँ

देखिए, डॉ. मर्फ़ी, परिस्थितियाँ सचमुच बदल गई हैं, इतनी ज़्यादा कि मुझे ख़ुद को चिकोटी काटनी पड़ती है, ताकि यह सुनिश्चित कर लूँ कि ये सारी अद्‌भुत चीज़ें सचमुच मेरे साथ हो रही हैं। और मैं आपको इसका श्रेय देता हूँ, क्योंकि यह आपकी नसीहत

ही थी, जिसने मुझे सही मोड़ दिखाए। तब से मैं आपकी कई पुस्तकें पढ़ चुका हूँ।

अब मेरा ख़ुद का कारोबार है, जिसे बढ़ते देखकर मैं हर दिन आनंद लेता हूँ। हमारा एक सुंदर, आरामदेह घर है, जहाँ से पहाड़ी का सुंदर नज़ारा दिखता है। मेरी पत्नी और मेरे पास अपनी पसंदीदा कारें हैं, जिनमें सारी सुविधाएँ हैं। हमने कई नए, अद्‌भुत मित्र बनाए हैं। हमारे सारे बच्चे (छह) सुखद रूप से विवाहित हैं और कारोबारी जगत में सफल हो रहे हैं। मैं नहीं जानता कि और किस चीज़ की कामना करूँ। सचमुच 'मेरा प्याला लबालब भर चुका है।'

मैं आपकी रेडियो मिनिस्ट्री को 5 डॉलर प्रति माह योगदान देने का संकल्प लेता हूँ, ताकि आप उस तरह 'बताते रहें, जो कि सच्चाई है।' दिल की तलहटी से आपको धन्यवाद और ईश्वर आपकी झोली भरता रहे।

हमेशा शुभाकांक्षी,
लुइस मेनल्ड

पुनःश्च : आप इस पूरे पत्र या इसके हिस्से का, जिसमें नाम-पता शामिल हैं, किसी भी तरह से उपयोग कर सकते हैं: 2688 बैनबरी पी1, लॉस एंजेलिस, सीए, 90065।

टेलीसाइकिक्स एक निर्माता के लिए कैसे चमत्कार करता है

कुछ दिनों पहले एक भवन निर्माता से मेरी बहुत रोचक बातचीत हुई। उसने मुझे बताया कि तीस साल से उसकी ज़्यादातर समस्याएँ सपनों ने सुलझाई हैं। वह सोने जाने से पहले अपने अवचेतन से इस तरह बातचीत करता है :

आज रात मैं सपना देखने वाला हूँ, मुझे सपना सुबह याद रहेगा; सपने में मुझे समाधान दिया जाएगा और जिस पल जवाब मिलता है, मैं जागकर उसे अपने बिस्तर के पास रखे नोटपैड पर लिख लूँगा।

वह कई सालों से इस तकनीक को आज़मा रहा है। उसे इस तरह बेहद असाधारण जवाब मिले हैं। हाल में वह 5 लाख डॉलर का कर्ज़ लेना चाहता था, लेकिन सभी बैंकों ने इन्कार कर दिया। सपने में एक पुराना बैंकर मित्र उसके पास आकर बोला, 'मैं तुम्हें पैसे दे दूँगा।' उसने तुरंत जागकर संदेश लिख लिया और सुबह उसने अपने पुराने मित्र को फ़ोन किया, जिससे वह बीस साल से नहीं मिला था। उसे बिना किसी दिक्क़त के कर्ज़ मिल गया।

एक और बार, जब उसे अपने बेटे के साथ समस्या आ रही थी, तो बेटे की माँ सपने में दिखी। माँ ने उससे कहा कि लड़का पादरी बनना चाहता था और अपने पति को सलाह दी कि वे लड़के की इच्छा पूरी कर दे, क्योंकि इससे उसकी कुंठा का उपचार हो जाएगा। बेटे से

बात करने पर उस आदमी ने पाया कि यही सही समाधान था और उसे अपने बेटे के साथ आगे कोई समस्या नहीं आई।

इस भवन निर्माता ने अपने अवचेतन से आग्रह किया, जो सब कुछ जानता है, कि यह उसके सपने की अवस्था में जवाब उजागर करे और चूँकि अवचेतन हमेशा सुझाव का अनुसरण करता है, इसलिए इसने दिए गए सुझाव की प्रकृति के अनुरूप प्रतिक्रिया की। उसके सपने में दिखने वाले पात्र बस उसके अवचेतन मन के नाटकीयकरण थे, जो उसके सामने जवाब इस तरह देते थे, ताकि उसका ध्यान और पूर्ण विश्वास खिंच जाए। इस तरह उसके सपनों ने उन कार्यों का सुझाव दिया है, जो उसकी व्यक्तिगत समस्याओं को सुलझाने में सबसे सफल रहे हैं।

अपनी समस्या को इसी समय सुलझाना शुरू करें

आपके सामने जो भी जटिल समस्या हो, सोने से पहले उसके समाधान पर केंद्रित हो जाएँ और भवन निर्माता की तरह विश्वास के साथ आशा करें कि सपने में जवाब मिल जाएगा। आप पाएँगे कि आपको जो समस्या न सुलझने वाली दिखती है, उसके बारे में एक नई अंतर्दृष्टि और पूरा जवाब आपको आपके सपने की अवस्था में या सुबह जागने पर दिया जाएगा।

वह अपनी कुंठा से कैसे उबरी

हाल में मेरी एक महिला से लंबी बातचीत हुई, जिसने कहा कि उसकी सास 'उसे पगलाए दे रही थीं।' वह किसी अटके हुए रिकॉर्ड की यह बात बार-बार दोहराती रही। मैंने उसे बताया कि वह जो आदेश देती है, उसका अवचेतन मन उसे शब्दशः स्वीकार कर लेता है। अगर वह बार-बार कहती रहेगी और आदेश देती रहेगी कि वह पगला जाएगी, तो उसका अवचेतन इसे उसका आग्रह मान लेगा और उसकी मानसिक अवस्था को असामान्य कर देगा, शायद मनोविकार के किसी रूप में। उसकी सास में उसे विचलित करने की कोई शक्ति नहीं थी, मेरे यह समझाने के बाद उस महिला ने अपना मानसिक नज़रिया बदल लिया और शांति से ख़ुद से कहा :

> मेरा शरीर तो इस घर में है, लेकिन मेरे विचार और भावनाएँ भीतर की ईश्वरीय उपस्थिति के साथ हैं। ईश्वर मेरा मार्गदर्शक, मेरा परामर्शदाता है, मेरा पथप्रदर्शक है, मेरा स्त्रोत और आपूर्ति है। ईश्वर की शांति मेरी आत्मा को भरती है - मैं दैवी योजना में अपने घर पर हूँ। मैं कभी अपने भीतर की आत्मा को छोड़कर, जो ईश्वर है, किसी

दूसरे को शक्ति नहीं दूँगी।

वह अपने भीतर इस तटस्थ बिंदु पर पहुँच गई। जब भी वह अपनी सास के बारे में सोचती थी या जब भी उसकी सास आलोचना या ताने भरी बातें कहती थी, तो वह ख़ुद से कहती थी, 'ईश्वर मेरा मार्गदर्शक है और ईश्वर मेरे ज़रिये सोचता, बोलता और काम करता है। मैं मुझ पर आपकी पकड़ ढीली करती हूँ और आपको मुक्त करती हूँ।'

उसने एक सप्ताह तक इस तकनीक का अभ्यास किया, जिसके बाद उसकी सास ने अपना सामान पैक किया और अज्ञात जगह चली गई।

इस महिला ने अपने मन में समस्या इस तर्क से सुलझाई कि उसकी सास उसके मानसिक और भावनात्मक उथलपुथल का कारण नहीं थी। यह हम सभी को सिखाता है कि हम लोगों, स्थितियों या परिस्थितियों को शक्ति कभी न दें, बल्कि अपना सारा समर्पण, निष्ठा और वफ़ादारी अपने भीतर की एकमात्र सृजनात्मक शक्ति को दें: जीवित परम आत्मा।

सीखें कि कोई चीज़ आपको नुक़सान क्यों नहीं पहुँचा सकती

हाल में मैं एक सांसद से बात कर रहा था, जिन्होंने मुझसे कहा कि उनके बारे में सभी तरह के झूठ बोले गए थे, निंदा की गई थी और तमाम तरह के बुरे आरोप लगाए गए थे, लेकिन उन्होंने सीख लिया था कि इस सबसे कैसे परेशान न हों। उन्होंने बताया कि उन्होंने यह समझ लिया कि दूसरों के कार्य या कथन मायने नहीं रखते, बल्कि उन पर स्वयं की प्रतिक्रियाएँ मायने रखती हैं। दूसरे शब्दों में, कारण हमेशा उसके ख़ुद के विचार थे। इसलिए उसने यह आदत बना ली कि वह यह दावा करके अपने भीतर की दैवी उपस्थिति के साथ तुरंत सामंजस्य करेगा: 'ईश्वर की शांति मेरे दिलोदिमाग़ को सराबोर करती है। ईश्वर मुझसे प्रेम करता है और मेरा ध्यान रखता है।'

अब वह अपने भीतर के ईश्वरीय-स्व के साथ सामंजस्य करके सारी आलोचना और निंदा से उबर जाता है। यह नज़रिया लंबे समय से एक आदत बन चुका है। इस तरह उसने समय-समय पर होने वाले तीखे वारों से ख़ुद को प्रतिरक्षित कर लिया है।

टेलीसाइकिक्स ने उसकी निराशाजनक स्थिति सुलझाई

विलशायर एबेल थिएटर में रविवारीय प्रवचन के बाद एक आदमी ने कुछ पल के लिए मुझसे बात की। उसमें एक शांत चमक नज़र आ रही थी, यानी उसकी आँखें किसी तरह के आंतरिक प्रकाश से चमक रही थीं। उसने मुझे बताया कि कुछ सप्ताह पहले उसके दो बेटे

वियतनाम में मारे गए थे, उसकी पत्नी मस्तिष्क के कैंसर से मर गई थी, उसकी पत्नी की लंबी बीमारी के दौरान उसकी बेटी एलएसडी की ज़्यादा ख़ुराक से मर गई थी। उसके स्टोर के कर्मचारियों ने इतने ज़्यादा पैसे चुरा लिए थे कि उसे ख़ुद को दिवालिया घोषित करना पड़ा था।

ये कठोर प्रहार थे। उसने कहा कि वह काफ़ी समय तक स्तब्धता की अवस्था में रहा। आख़िरकार उसकी वफ़ादार सेक्रेटरी ने उसे मिरेकल ऑफ़ माइंड डाइनैमिक्स पुस्तक दी, जिसे उसने रुचि से पढ़ा, ख़ास तौर पर प्रियजनों की मृत्यु वाला अध्याय 'हर अंत एक शुरुआत है।' इसने उसके लिए नए क्षितिज खोल दिए और जीवन में एक नई अंतर्दृष्टि प्रदान की। उसकी स्तब्धता की अवस्था ग़ायब हो गई। उसने आंतरिक शांति का अद्‌भुत अहसास अनुभव किया। वज़न हल्का हो गया और उसे प्रकाशित होने की नायाब अनुभूति हुई।

प्रवचन के बाद, जिसका शीर्षक था, 'जीवन में सर्वश्रेष्ठ की अपेक्षा करें,' उसने अपनी सेक्रेटरी के सामने विवाह का प्रस्ताव रखा और वह उससे शादी करने के लिए तैयार हो गई। एक सप्ताह बाद मैंने उनका विवाह संपन्न कराया।

इस आदमी ने एक नए और ज़्यादा भव्य जीवन को दोबारा बनाया और अब वह सरकार के लिए एक विशेष दायित्व पर है। उसकी आमदनी अच्छी है, जो उसकी अखंडता और ईमानदारी के अनुरूप है।

जैसा आप देख सकते हैं कि जब आप अपने भीतर के ईश्वर से संपर्क करते हैं, तो कोई स्थिति निराशाजनक नहीं होती।

उसने शब्दों की चिकित्सा का कैसे अभ्यास किया

सैन फ्रांसिस्को के मेरे पुराने मित्र स्वर्गीय डॉ. डैन कस्टर ने उस शहर में कई साल तक मन के विज्ञान पर व्याख्यान दिए। वे 'शब्दों की चिकित्सा' का अभ्यास करते थे। मिसाल के तौर पर, यदि वे तनावपूर्ण महसूस करते थे, तो वे मन ही मन बार-बार 'शांति' शब्द दोहराते थे। जब वे किसी चीज़ के बारे में तनावग्रस्त या भयभीत होते थे, तो वे मन ही मन 'अदम्य' कहते थे और जब कोई गंभीर समस्या सामने आती थी, तो वे बार-बार 'विजय' शब्द कहते थे।

डॉ. कस्टर का कहना था कि इन शब्दों को दोहराने के अभ्यास ने उनके पूरे जीवन में जादू की तरह काम किया। जब वे इन शब्दों का आह्वान करते थे, तो वे दरअसल अपने अवचेतन मन की सुषुप्त शक्तियों को जाग्रत कर रहे थे और ये शक्तियाँ उनके जीवन में सक्रिय और शक्तिशाली घटक बन गईं।

स्मरणीय बिंदु...

1. एक महिला पचास साल से नकारात्मक तरीक़े से सोच रही थी। उसने द पावर ऑफ़ यॉर सबकॉन्शस माइंड पुस्तक पढ़ी और एक अस्त-व्यस्त जीवन को शांति और ख़ुशी के जीवन में बदल लिया। उसमें बताई गई तकनीकों पर अमल करने पर उसके जीवन के सभी पहलुओं का कायाकल्प हो गया।

2. आप सोने से पहले अपने अवचेतन से बात कर सकते हैं और इसे इस तरह निर्देश दे सकते हैं: 'मैं आज रात सपना देखने वाला हूँ। मैं सुबह अपने सपने को याद रखूँगा; मुझे सपने में समाधान दिया जाएगा और जवाब आते ही मैं जाग जाऊँगा और उसे अपने सिरहाने के पास रखे नोटपैड में लिख लूँगा।' आपका अवचेतन सुझाव का पालन करता है और आप इसके द्वारा दिए जाने वाले जवाबों से आश्चर्यचकित हो जाएँगे। इसे ज्ञान, भावना और समझ के साथ करेंगे, तो आपको निश्चित परिणाम मिलेंगे।

3. सोने से पहले किसी जटिल समस्या के समाधान पर ध्यान केंद्रित करें; आपके अवचेतन की बुद्धिमत्ता आपकी नींद में समाधान पर काम करेगी और आपके सामने जवाब पेश कर देगी।

4. जिस पर आप शब्दशः दावा करते हैं, उसे आपका अवचेतन स्वीकार कर लेता है। आपकी मानसिक सहमति के बिना किसी दूसरे व्यक्ति के पास आपको विचलित करने की शक्ति नहीं है। आपका शरीर घर में उपस्थित हो सकता है, लेकिन आपका विचार आपके भीतर के ईश्वर के साथ रह सकता है। सामने वाला व्यक्ति कारण नहीं है; कारण आपका ख़ुद का मन और आत्मा है। ईश्वर के संपर्क में आएँ और उस परम पिता, सौंदर्य व नेकी के स्त्रोत के दृष्टिकोण से सोचें, बोलें और काम करें। अपने शत्रुओं को आशीर्वाद दें; अहसास करें कि वे अपनी सच्ची जगह पर हैं और दावा करें कि आप दैवी योजना में सुखद अंत देखने के लिए अपनी ख़ुद की जगह पर हैं।

5. दूसरों के कथन या कार्य आपको विचलित नहीं करते हैं; विचलित तो इन चीज़ों पर आपकी प्रतिक्रिया करती है। अपने भीतर ईश्वर की उपस्थिति पर मनन करके ख़ुद को प्रतिरक्षित करें। इसकी आदत डाल लें और आप दूसरों के नकारात्मक विचारों तथा कथनों के प्रति आध्यात्मिक प्रतिरक्षा विकसित कर लेंगे।

6. कोई भी स्थिति निराशाजनक नहीं है। जब किसी प्रिय व्यक्ति का देहावसान हो, तो यह अहसास करें कि हर अंत एक शुरुआत है और प्रिय व्यक्ति के ईश्वर में नए जन्म पर आनंदित हों। 'मृत' व्यक्ति जीवन के चौथे आयाम में कार्य कर रहे हैं और उनके पास नए शरीर हैं। वे उनकी यात्रा पर, जिसका कोई अंत नहीं है, आपके प्रेम, प्रार्थनाओं

और दुआओं के हक़दार हैं। एक व्यक्ति ने मिरेकल ऑफ़ माइंड डाइनैमिक्स का एक अध्याय 'हर अंत एक शुरुआत है' पढ़ा। ऊपर से प्रकाश मिलने पर उसका पूरा जीवन बदल गया।

7. आप शब्दों की चिकित्सा का अभ्यास कर सकते हैं। जब डर भरे विचार आएँ, तो मन ही मन 'अदम्यता' शब्द बोलें। जब दुविधाग्रस्त हों, तो 'शांति' शब्द दोहराएँ। जब कोई समस्या आए, तो 'विजय' शब्द दोहराएँ। जब चिंतित हों, तो 'धीरज' शब्द दोहराएँ। जब आप इन शब्दों को दोहराते हैं, तो आप अपने अवचेतन मन की सुषुप्त शक्ति को सक्रिय कर देते हैं और आपके जीवन में चमत्कार होने लगते हैं।

16

कैसे टेलीसाइकिक्स आपको एक नई आत्म-छवि की शक्ति दे सकती है

कुछ महीने पहले मैं एक दंपत्ति के आग्रह पर रीनो गया, जो बीस साल से शादी-शुदा थे और अब तलाक़ के बारे में सोच रहे थे। दंपत्ति से बात करते समय मैंने पाया कि पत्नी हमेशा अपने पति को नीचा दिखाती रहती थी। उसने स्वीकार किया कि वह प्रायः रेस्तराँओं और निजी सामाजिक समारोहों में उसे भद्दी बातें कहती थीं। पति की शिकायत थी कि वह लगातार उस पर बेवफ़ाई का आरोप लगा रही थी, जो उसकी कल्पना की उपज थी।

क्रोध का अतिशयोक्तिपूर्ण मामला

इस महिला को क्रोध के दौरे आते रहते थे, वह बहुत ज़्यादा ईर्ष्यालु थी और इस बात की जिद पकड़े हुए थी कि वह वैवाहिक विवादों के लिए किसी तरह से ज़िम्मेदार नहीं थी। पति निष्क्रिय था - वह अपनी पत्नी के बखेड़ों और दबंग भावावेश के उद्गारों के प्रति पूर्णतः दासवत् व्यवहार करता था। ज़ाहिर है, कोई भी निस्संदेह इस नतीजे पर पहुँचेगा कि किसी पुरुष के लिए पत्नी का ऐसा व्यवहार सहन करना बताता है कि उसकी भी आंशिक ग़लती होगी।

पत्नी ने कहा कि वह एक ऐसे घर से आई थी, जहाँ उसकी माँ दबंग थीं - उसकी माँ उसके पिता पर हुकूमत करती थीं और सुबह-शाम उसे धोखा देती थीं। उस महिला ने कहा, 'मेरी माँ में कोई नैतिकता नहीं थी। वे क्रूर और लापरवाह थीं। मेरे पिता मूर्ख थे, शांत थे, जो हो रहा था, उसके प्रति अंधे थे और मेरी माँ के ग़ुलाम थे।'

मैंने उसे बताया कि उसके इस तरह के व्यवहार के पीछे क्या कारण है। सबसे पहले तो उसे बचपन में कोई प्रेम या सच्चा स्नेह नहीं मिला। उसकी माँ शायद उससे ईर्ष्या करती थीं, उसे हीन और अवांछित महसूस कराती थीं। बाद में, पिछले बीस साल से वह चोट पहुँचने के ख़िलाफ़ रक्षाकवच बना रही थी। उसकी ईर्ष्या दरअसल डर, असुरक्षा और हीनता के अहसास से उत्पन्न हुई थी। मैंने उसे बताया कि उसकी बुनियादी समस्या यह थी कि वह

प्रेम और सद्भाव देने से इन्कार करती थी।

कुंठित क्रोध के प्रभाव

उसके पति को अल्सर और हाई ब्लड प्रेशर हो गया था। वह कुंठित क्रोध और गहरे द्वेष का शिकार था, लेकिन वह इतना दब्बू था कि एक शब्द भी नहीं बोल पाता था। वह बीस साल से घर में इस अराजकता को झेल रहा था।

उन दोनों ने अपने भीतर देखना शुरू किया। पत्नी को अचेतन रूप से अचानक अहसास हुआ कि उसने एक ऐसे आदमी से शादी की थी, जो ख़ुद को शोषित, जोरू का ग़ुलाम, दब्बू और पोंगा होने देता था। पत्नी को अहसास हुआ कि वह सच्चे प्रेम से महरूम थी। उसके पति तथा पति के महिला रिश्तेदारों के प्रति उसकी अधिकारवादिता व गहरी ईर्ष्या दरअसल उस प्रेम की हसरत थी, जिससे वह बचपन में वंचित रही थी। यही नहीं, वह देखने लगी कि उसने दरअसल पिता की छवि से विवाह किया था।

पति ने आख़िरकार कहा, 'मैं उस बिंदु पर पहुँच गया हूँ, जहाँ मैं उकता चुका हूँ। मेरा डॉक्टर कहता है, "बाहर निकल आओ!" उसकी लगातार बकवास मुझे बीमार बना रही है और जीवन असहनीय है।'

बहरहाल, वे सहमत हुए कि वे विवाह को 'क़ायम' रखना चाहते थे। पत्नी के लिए पहला क़दम यह तय करना था कि वह ऐसे काम न करे और ऐसी बातें न कहे, जो उसके पति को चोट पहुँचाती थीं और अपमानित करती थीं। बदले में, पति ने पुरुष और पति होने के अपने अधिकारों, विशेषाधिकारों और सुविधाओं का दृढ़तापूर्वक इस्तेमाल करने का निर्णय लिया। अब वह पत्नी के गुस्सैल व्यवहार तथा अपमानजनक भाषा के प्रति दब्बू या दासवत् नहीं रहा।

दर्पण उपचार

मैंने उनमें से प्रत्येक को एक प्रार्थना दी, जो सबसे सरल प्रार्थनाओं में से एक है। इसे 'दर्पण उपचार' कहा जाता है। पत्नी दिन में तीन बार अपने बेडरूम में दर्पण के सामने खड़े होकर साहस के साथ यह दावा करने के लिए तैयार हुई :

> मैं ईश्वर की संतान हूँ। ईश्वर मुझसे प्रेम करता है और मेरी परवाह करता है। मैं अपने पति तथा उसके रिश्तेदारों के प्रति प्रेम, शांति और सद्भाव संचारित करती हूँ। हर बार जब मैं अपने पति के बारे में सोचती हूँ, मैं यह दावा करूँगी, "मैं आपसे प्यार करती हूँ

और मैं आपकी परवाह करती हूँ।” मैं ख़ुशहाल, प्रेमपूर्ण, दयालु और सौहार्दपूर्ण हूँ। मैं हर दिन ईश्वर के ज़्यादा से ज़्यादा प्रेम को प्रवाहित करती हूँ।

पत्नी ने इस प्रार्थना को याद कर लिया। जब वह यह प्रार्थना दर्पण के सामने दोहराती थी, तो वह जानती थी कि ये सत्य पुनर्जीवित होंगे, क्योंकि उसका मन एक दर्पण है, जो उसे उसी चीज़ का प्रतिबिंब दिखा रहा था, जो उसमें रखा जा रहा था। लगन और मेहनत रंग लाई। दो महीने बाद वह मुझसे मिलने बेवर्ली हिल्स आई। मैंने एक रूपांतरित महिला को पाया - मधुरभाषी, मधुर स्वभाव की, दयालु, नम्र और नए जीवन के उत्साह से भरपूर। उसके पति का आध्यात्मिक नुस्ख़ा दिन में दो बार लगभग पाँच मिनट तक दर्पण के सामने खड़े होकर यह दावा करना था :

आप शक्तिशाली, दमदार, प्रेमपूर्ण, सौहार्दपूर्ण, प्रकाशित और प्रेरित हैं। आप ज़बर्दस्त रूप से सफल, ख़ुश, समृद्ध और कामयाब हैं। आप अपनी पत्नी से प्रेम करते हैं और वह आपसे प्रेम करती है। जब भी आप उसके बारे में सोचते हैं, आप कहेंगे, ‘मैं आपसे प्रेम करता हूँ और मैं आपकी परवाह करता हूँ।’ अब वहाँ सद्भाव है, जहाँ पहले दुर्भाव था, अब वहाँ शांति है, जहाँ पहले दर्द था और अब वहाँ प्रेम है, जहाँ पहले नफ़रत थी।

व्याख्या ही इलाज थी। हालाँकि शुरुआत में वह ख़ुद को पाखंडी मान रहा था, लेकिन जब उसने अपने बारे में इन सत्यों का दावा किया, तो इस आदमी को अहसास हुआ कि दोहराव से ये सत्य धीरे-धीरे उसके अवचेतन में जम गए। चूँकि अवचेतन का नियम बाध्यकारी है, इसलिए वे दोनों ही उसे व्यक्त करने के लिए मजबूर हुए, जिसे उन्होंने अपने विचारों पर अंकित किया, क्योंकि यही मन का नियम है।

कैसे एक नई आत्म-छवि हासिल हुई

मैंने कुछ समय पहले एक बेलगाम लड़के से बात की, जिसे उसकी चाची मेरे पास लाई थीं। उसकी समस्या पर बातचीत करने पर यह स्पष्ट हो गया कि उसके मन में एक दबंग माँ की छवि थी, जो उसे न तो प्रेम करती थीं, न ही समझती थीं। जहाँ तक वह याद कर सकता था, बचपन से लेकर पंद्रह साल की उम्र तक वे शारीरिक दंड और आलोचना के ज़रिये आज्ञापालन कराती थीं।

अठारह साल की उम्र में इस लड़के को लड़कियों के साथ बहुत मुश्किलें आ रही थीं। उसने दावा किया कि उसे किसी के साथ भी तालमेल बैठाने में बहुत मुश्किल होती थी। उसकी चाची ने कहा कि वे उसे अपने घर ले आईं, जहाँ प्रेम और सौहार्द का माहौल है।

लेकिन यहाँ आकर वह अपने चचेरे भाई-बहनों से जलने लगा, जिन्हें इतना प्यार करने वाले माता-पिता मिले थे।

मैंने उसे समझाया कि उसका वर्तमान नज़रिया बस एक रक्षा तंत्र था, जिसकी वजह से वह दयालु और दोस्ताना लोगों को अस्वीकार करता था, और यह सब उसके बचपन के सदमे भरे अनुभवों की वजह से हुआ था। उसके पिता ने उसकी माँ को तब छोड़ दिया था, जब वह एक साल का था और वह अपने पिता से भारी नफ़रत करता था, जिन्हें उसने कभी नहीं देखा था और जिन्होंने उसके साथ कभी संपर्क नहीं किया था।

इस युवक को समझ में आने लगा कि बेशक उसकी माँ ख़ुद से नफ़रत करती थीं, क्योंकि इंसान को किसी दूसरे से नफ़रत करने से पहले ख़ुद से नफ़रत करनी होती है। वह महिला उस नफ़रत को अपने पूर्व-पति, अपने बेटे और अपने सभी क़रीबी लोगों की ओर प्रसारित कर रही थी।

लड़के के लिए उपचार सरल था। मैंने उसे बताया कि उसे तो बस यह करना था कि वह अपनी माँ की छवि को बदल ले। मन के नियमों पर बातचीत करने में उसे अहसास हुआ कि उसके मन में उसकी माँ की जो छवि थी, वही उसकी ख़ुद के बारे में भी छवि थी, क्योंकि उसके दिमाग़ में जो भी छवि मौजूद रहेगी, वही उसके अवचेतन द्वारा ली जाएगी और उसके ख़ुद के व्यक्तित्व में भर दी जाएगी।

तकनीक यह थी: उसने अपने मन में अपनी माँ की ख़ुश, सुखद, शांतिपूर्ण और प्रेमपूर्ण तस्वीर रखी। उसने कल्पना की कि उसकी माँ मुस्कुरा रही थीं, दमक रही थीं और उसे गले लगा रही थीं तथा कह रही थीं, 'मैं तुमसे प्यार करती हूँ। मैं ख़ुश हूँ कि तुम लौट आए।'

छह सप्ताह बाद मुझे इस युवक का संदेश मिला। वह रीनो में अपनी माँ के पास लौट चुका है और उसे एक इलेक्ट्रॉनिक्स फ़र्म में एक बढ़िया नौकरी मिल गई है। उसने अपनी माँ की पुरानी छवि को ख़त्म कर दिया है और विनाशकारी, नफ़रत भरी छवि से मुक्ति पा ली है। साथ ही, उसने एक नई आत्म-छवि पा ली है, जिसने उसके जीवन का कायाकल्प कर दिया। दैवी प्रेम उसके हृदय में प्रविष्ट हो गया और प्रेम ने अपने से विपरीत हर चीज़ को घोल दिया। प्रेम मुक्त करता है; यह स्वतंत्र करता है; यह ईश्वर की आत्मा को सक्रिय करता है।

एक महिला के प्रेम की शक्ति

फ़ेट मैग्ज़ीन के अगस्त 1969 संस्करण में यह लेख शामिल था :

1968 के वसंत में पाँच फ़ुट की 110 पाउण्ड की एक युवती ने अपने पिता की जान

बचाने के लिए 1,500 पौंड की कार को उठा लिया। बीस साल की जेनेट के. स्टोन तो कोविना, कैलिफ़ोर्निया के रॉबर्ट एच. स्टोन की पुत्री है। वे अपनी कार की मरम्मत कर रहे थे, तभी जैक फिसलने की वजह से वे कार के नीचे दब गए। जेनेट ने उनकी चीख़ें सुनीं और उन्हें कार के नीचे दबे हुए देखा। शक्ति के एक अविश्वसनीय उफान में उसने कार को उठाया, अपने पिता को बाहर निकाला, फिर उन्हें उठाकर अपनी कार तक लाई और उन्हें अस्पताल पहुँचाया।

इस युवा बेटी के प्रेम और हर क़ीमत पर पिता की जान बचाने की गहन इच्छा ने उसके दिमाग़ को जकड़ लिया और इसकी वजह से सर्वशक्तिमान की शक्ति ने उसके ध्यान के केंद्र पर प्रतिक्रिया कर दी। इससे वह उस भगीरथ कार्य को करने में कामयाब हुई, जिससे उसके पिता की जान बची। याद रखें, ईश्वर की सारी शक्ति आपके भीतर है, जिससे आप जीवन के सभी क्षेत्रों में असाधारण चीज़ें कर सकते हैं।

वह एक नई आत्म-छवि के प्रेम में पड़ गया

लास वेगस के एक कैसीनो में एक असाधारण गायक के साथ बातचीत में उसने मुझे बताया कि कई साल तक वह एक वेटर था, लेकिन उसके मन में गाने की प्रबल इच्छा हमेशा से थी। उसके जिन मित्रों ने उसका गीत सुना था, उनका कहना था कि उसके पास वे सारे गुण और योग्यताएँ हैं, जो असाधारण गायक बनने के लिए चाहिए।

जिस रेस्तराँ में वह काम करता था, वहाँ के एक ग्राहक ने उसे द पावर ऑफ़ यॉर सबकॉन्शस माइंड नामक पुस्तक दी, जिसे उसने चाव से पढ़ा। उसने कहा कि हर रात वह पुस्तक में बताई एक तकनीक पर अमल करता था। वह हर शाम को लगभग दस मिनट तक शांति से बैठ जाता था और कल्पना करता था कि वह मंच पर था और एक अद्भुत श्रोतासमूह के सामने गा रहा था। उसने इस मानसिक छवि को स्पष्ट और वास्तविक बनाया। उसने कल्पना की कि श्रोता ताली बजा रहे हैं और उसके मित्र उसकी शानदार आवाज़ पर उसे बधाई दे रहे हैं। उसने उन्हें मुस्कुराते हुए देखा और उनके काल्पनिक हाथ मिलाने की स्वाभाविकता को महसूस किया।

लगभग तीन सप्ताह बाद अवसर मिला और अभिव्यक्ति का एक नया द्वार उसके लिए खुल गया। जिस चीज़ की वह व्यक्तिपरक रूप से कल्पना कर रहा था और महसूस कर रहा था, उसने वस्तुपरक तरीक़े से उसका अनुभव किया। प्रेम एक भावनात्मक बंधन है और जब वह अपनी ज़्यादा बड़ी छवि के साथ सामंजस्य करने लगा, तो उसके अवचेतन ने प्रतिक्रिया की और उसके हृदय की इच्छा पूरी हो गई।

प्रेम की उपचारक शक्ति

दो साल पहले मैं एक व्यवसायी से मिला, जो 'दाद' यानी शिंगल्स से बहुत बीमार था, जिससे उसे बहुत दर्द होता था। वह दिल के दौरे से भी परेशान था। ऐसा लगता था, जैसे परिस्थितियों के तालमेल ने उसे आर्थिक और शारीरिक रूप से तोड़ दिया था। बुरे निवेशों की वजह से उसने लगभग वह सारा पैसा गँवा दिया था, जो उसने अपने जीवनकाल में बचाया था। यही नहीं, उसे मृत्यु का प्रबल डर भी था।

उस समय मैंने उसके सबसे बड़े प्रेम के प्रति आग्रह किया - उसकी पंद्रह साल की बेटी, उसकी इकलौती संतान। मैंने इस बिंदु पर ज़ोर दिया कि वह उसके प्रेम, स्नेह और ध्यान की हक़दार है। उसे अपने पिता के संरक्षण की ज़रूरत है और संसार में अपनी जगह खोजने के लिए शिक्षित होने की भी ज़रूरत है। मैंने इस बात पर भी ज़ोर दिया कि चूँकि वह अपनी बेटी से प्रेम करता था और उसे उसके लिए माता-पिता दोनों की भूमिका निभानी पड़ती थी (लड़की के पैदा होते वक़्त ही उसकी माँ मर गई थीं), इसलिए उसे अब यह सुनिश्चित करना चाहिए कि उसकी बेटी के पास वे सभी लाभ रहें, जो केवल प्रेमपूर्ण माता-पिता प्रदान कर सकते थे।

मैंने उसे एक सरल तकनीक दी: वह घर पर अपना चित्र बार-बार देखे, वह घर में चल रहा है, अपनी डेस्क पर बैठा है, डाक खोल रहा है और फ़ोन का जवाब दे रहा है। उसे अपने ख़ुद के घर में अपनी बेटी के आलिंगन की स्वाभाविकता, मूर्तता और ठोसपन का अहसास भी करना था।

मैंने उसे एक प्रार्थना दी और कहा कि वह इसे भावना और आस्था के साथ दिन के दौरान कई बार दोहराए: 'परम पिता, मैं आपको उस चमत्कारी उपचार के लिए धन्यवाद देता हूँ, जो इस समय घटित हो रहा है। ईश्वर मुझसे प्रेम करता है और मेरी परवाह करता है।' इस आदमी ने इन निर्देशों का निष्ठापूर्वक पालन किया। कुछ सप्ताह बाद जब वह अस्पताल में था और अपने घर पर डेस्क पर अपना चित्र देख रहा था, तो अचानक कुछ हुआ। मुझे ऐसा महसूस हुआ, जैसे मुझे अंधकार से निकालकर चौंधियाने वाली रोशनी में ऊपर उठाया गया है। मुझे महसूस हुआ कि दैवी प्रेम मेरी आत्मा में भर रहा है। मुझे महसूस हुआ, जैसे दुख से स्वर्ग तक मेरा कायाकल्प हो रहा है।

उल्लेखनीय स्वास्थ्य लाभ हुआ और आज वह ख़ुश व आनंदित है और बहुत सफल व्यावसायिक जीवन जी रहा है। वह अपने नुक़सान की भरपाई कर रहा है और उसकी बेटी कॉलेज में है।

जब कोई व्यक्ति बीमार और निराश होता है, तो उसके प्रबल प्रेम के प्रति आग्रह करना अच्छा रहता है, क्योंकि प्रेम सबको जीत लेता है।

स्मरणीय बिंदु...

1. ईर्ष्यालु आदमी दरअसल बीमार होता है और असुरक्षा, भय व हीनता के गहरे अहसास से कष्ट उठाता है। जब किसी व्यक्ति को माँ या पिता से वास्तविक प्रेम या स्नेह नहीं मिलता है, तो कई मामलों में असामान्य ईर्ष्या हो सकती है।

2. बीस साल की शादी के बाद तलाक़ चाहने वाले पति-पत्नी ने नीचे दी जानकारी प्रदान की: पति को उच्च रक्तचाप और अल्सर की समस्या थी, जो गहरे क्रोध और द्वेष की वजह से उत्पन्न हुई थी। पत्नी के साथ बुनियादी समस्या यह थी कि वह प्रेम और सद्भावना नहीं देती थी। पति ने ख़ुद को जोरू का ग़ुलाम बनने, दब्बू बनने और शोषित होने की अनुमति दी। मगर वे विवाह को 'कामयाब' बनाने के लिए तैयार हो गए। पहला क़दम यह था कि वह उन सारी चीज़ों को करना छोड़ देगी, जिससे उसके पति का अपमान होता था या उसकी प्रतिष्ठा में कमी आती थी। पति अपना अधिकार जताने और पत्नी की भड़ास के प्रति दासवत् होना छोड़ने के लिए तैयार हो गया। हर एक ने दर्पण उपचार का अभ्यास किया, जिसका मतलब दर्पण के सामने खड़े होकर यह दावा करना है, 'मैं ख़ुश, आनंदित, प्रेमपूर्ण, सौहार्दपूर्ण और दयालु हूँ और मैं हर दिन ईश्वर के ज़्यादा से ज़्यादा प्रेम को प्रसारित करता हूँ।' हर एक समझ गया कि आप 'मैं हूँ' से जिसे भी जोड़ते हैं, आप वही बन जाते हैं। उनकी सफलता का रहस्य यह था कि जब भी पति या पत्नी एक दूसरे के बारे में सोचते थे, तुरंत यह दावा करते थे, 'मैं तुमसे प्यार करता हूँ और मैं तुम्हारी परवाह करता हूँ।' शाश्वत सत्यों के साथ अवचेतन मन को सराबोर करने पर एक कायाकल्प घटित हो गया।

3. एक किशोर लड़का एक दबंग, क्रूर माँ से दूर भाग गया और उसे दूसरों के साथ तालमेल बैठाने में भारी मुश्किल आई। यह सब उसके बचपन के त्रासदी भरे अनुभवों के कारण हुआ था। इलाज सरल था: उसे तो बस विस्थापन के महान नियम का अभ्यास करना था। उसने अपने मन में अपनी माँ की ख़ुश, आनंदित, शांत और प्रेमपूर्ण तस्वीर देखी। उसने कल्पना की कि वे मुस्कुरा रही थीं, दमक रही थीं और उसे गले लगा रही थीं, तथा कह रही थीं, 'मैं तुमसे प्यार करती हूँ और मैं ख़ुश हूँ कि तुम लौट आए।' जब उसने नई छवि और प्रेम के विचार से अपने अवचेतन को सराबोर किया, तो वह अपनी माँ के पास घर लौट गया और एक सुखद पुनर्मिलन हुआ। प्रेम अपने से विपरीत हर चीज़ को बाहर निकाल देता है।

4. पाँच फ़ुट लंबी और 50 किलो की एक युवती ने 700 किलो की कार को उठा लिया, जो उसके पिता पर गिर गई थी। उसने कार उठाकर अपने पिता को आज़ाद कर लिया तथा उनकी जान बचा ली। किसी भी क़ीमत पर उनकी जान बचाने के विचार ने उसके दिमाग़ को जकड़ लिया, जहाँ ईश्वर की शक्ति ने प्रतिक्रिया की।

5. लास वेगस में एक वेटर ने द पावर ऑफ़ यॉर सबकॉन्शस माइंड पढ़ी, जिसने उसका जीवन बदल दिया। उसमें गायन की प्रतिभा तो थी, लेकिन वह यह नहीं जानता था कि इस प्रतिभा का इज़हार कैसे करे। नियमित रूप से और सुनियोजित रूप से हर रात लगभग दस मिनट तक उसने कल्पना की कि वह एक अद्‌भुत श्रोतासमूह के सामने मंच पर गाना गा रहा था। अपनी कल्पना में उसने सुना कि उसके मित्र उसे बधाई दे रहे थे। उसे अहसास हुआ कि जिसका भी वह नाटकीयकरण करता था और अपने मन में सच महसूस करता था, उसका अवचेतन उसी अनुरूप प्रतिक्रिया करेगा। तीन सप्ताह बाद उसके लिए एक नया द्वार खुल गया। आज वह गायक के रूप में बेहद सफल है। वह अपनी ज़्यादा बड़ी, ज़्यादा भव्य छवि के साथ प्रेम में पड़ गया।

6. एक निश्चित व्यक्ति आर्थिक और शारीरिक दृष्टि से टूटा हुआ था। मैंने उसकी बेटी के प्रति उसके प्रेम की प्रबल शक्ति के प्रति आग्रह किया, जो उसकी ख़ातिर जीने की प्रबल इच्छा उत्पन्न कर दे। इससे उसे अपनी मौत के डर से उबरने में मदद मिली। दिन में वह अक्सर यह चित्र देखता था कि वह घर पर अपनी बेटी को गले लगा रहा है और उसकी आँखों में प्रेम देख रहा है। वह ख़ुद को अपनी डेस्क पर बैठकर वे सारी चीज़ें करते देखता था, जो वह घर पर रहने पर करता। वह पूरे दृश्य की स्वाभाविकता और ठोसपन को भी महसूस करता था। वह यह प्रार्थना बार-बार दोहराता था, ‘परम पिता, मैं उस चमत्कारी उपचार के लिए आपको धन्यवाद देता हूँ, जो इस वक़्त हो रहा है। ईश्वर मुझसे प्रेम करता है और मेरी परवाह करता है।’ उसे उल्लेखनीय स्वास्थ्यलाभ हुआ और उसने अपने नुक़सानों की भरपाई की तथा उसकी बेटी अंततः कॉलेज गई। ईश्वर प्रेम है और प्रेम सबको जीत लेता है।

17

टेलीसाइकिक्स नई शक्तियों के लिए आपके अवचेतन का दोहन कैसे कर सकती है

अपने मन के चेतन और अवचेतन पहलुओं के ज्ञान से आप अद्भुत सृजनात्मक विचार और प्रेरणा हासिल कर सकते हैं। आपका चेतन मन, जिसे कई बार वस्तुपरक मन भी कहा जाता है, तार्किक, विश्लेषणात्मक मन है। जब आप सोने जाते हैं, तो आपका चेतन मन आपके अवचेतन मन से सृजनात्मक रूप से जुड़ जाता है। गहरी नींद में आपका मन शरीर की सभी अत्यावश्यक प्रक्रियाओं का पूर्ण प्रभार ले लेता है। तब आपका अवचेतन मन सर्वव्यापी वस्तुपरक मन के साथ एक होता है और सारी बुद्धिमत्ता तथा शक्ति के साथ सह-अस्तित्व में होता है।

आप इस सर्वव्यापी मन का दोहन करना और सभी क्षेत्रों में सृजनात्मक विचार तथा प्रेरणा ग्रहण करना सीख सकते हैं।

आपके अवचेतन मन की टेलीसाइकिक ऊर्जाओं का दोहन कैसे करें

आपका अवचेतन मन दिन में 24 घंटे सर्वव्यापी अवचेतन के संपर्क में रहता है और यह संपर्क कभी नहीं टूटता है। हमेशा आपके ज़्यादा गहरे मन से आपके चेतन मन में सृजनात्मक विचारों का प्रवाह उमड़ता रहता है।

मैं यह अध्याय लास वेगस में कास्टअवेज़ होटल में लिख रहा हूँ, जो पोलिनीसिया का एक मनमोहक पर्यटन स्थल है। यहाँ मैंने लास वेगस के मिनिस्टर ऑफ़ रिलीजियस साइंस और अपने पुराने मित्र डॉ. डेविड होव से लंबी बातचीत की।

उनकी तकनीक यह है कि वे किसी स्त्रोत को धीरे-धीरे दोहराकर अपने चेतन मन को शांत करते हैं। फिर एक निष्क्रिय, अतीन्द्रिय, ग्रहणशील मानसिक अवस्था में वे सृजनात्मक विचारों से आग्रह करते हैं कि वे उनकी आध्यात्मिक प्रगति में अगले सोपान को उनके सामने

उजागर करें। इसका नतीजा यह हुआ कि उनके चेतन मन में बेहतरीन और अद्भुत विचार उभरे, जिससे वे कहीं ज़्यादा अद्भुत तरीक़े से काम करने में सक्षम हुए। इसी की बदौलत पाँच लाख डॉलर की चर्च इमारत में नए खंड और ज़्यादा इमारतें बनाई गईं, जहाँ वे इस समय हैं और जिसका वे संचालन करते हैं।

हाल ही में उन्होंने अपने ज़्यादा गहरे मन से एक आदर्श वैकेशन की योजना का मार्गदर्शन माँगा। इसके कुछ समय बाद एक दंपत्ति उनके ऑफ़िस में आए और दंपत्ति ने उन्हें एक लग्ज़री लाइनर पर कुछ सप्ताह की प्रथम श्रेणी की समुद्र यात्रा के टिकिट तोहफ़े में दिए। यह उन कई उपहारों में से एक है, जो उन्हें और उनके सहयोगियों को उनके अवचेतन मन की बुद्धिमत्ता का दोहन करने से मिले हैं।

टेलीसाइकिक्स और 'मैं कल क्या बजाऊँगा?'

मैंने पिछले कुछ दिनों में कास्टअवेज़ होटल के कई अतिथियों से बातचीत की है, लेकिन मेरी सबसे उल्लेखनीय बातचीत डब्लिन, जॉर्जिया के एक आदमी से हुई, जिसे हम मैक्स नाम देंगे।

हम अवचेतन मन की शक्तियों के बारे में बात कर रहे थे। उसने मुझे बताया कि साल में एक बार वह कुछ सप्ताह के लिए लास वेगस आता है और रूलेट वील पर 'अंकों' से खेलता है। उसकी तकनीक यह है कि वह अपनी पीठ के बल लेटकर अपनी आँखें बंद कर लेता है और एक उनींदी, ग़ाफ़िल अवस्था में दाख़िल हो जाता है। इस तंद्रामय, शांत अवस्था में वह अपने अवचेतन मन से यह बोलता है: 'मुझे कल खेलने वाले अंक बताओ।'

उसने मुझे बताया कि इस तकनीक से उसे अद्भुत सफलता मिली है। साथ ही उसने यह भी जोड़ा कि वह इस तकनीक के बारे में किसी से बात नहीं करता है, बल्कि चुपचाप नींद में दिखे अंक खेलता है। वह अपने तकिए के नीचे एक पैड और पेंसिल रखता है। चूँकि उसने अपने अवचेतन को निर्देश दे रखा है कि यह जवाबों के प्रति उसे चौकन्ना कर दे, इसलिए यह उसे सही समय पर जगा देता है, ताकि वह अंक न भूल जाए। पिछले सप्ताह उसने यहाँ के एक बड़े कैसीनो में 50,000 डॉलर कमाए और अब वह अपनी पत्नी तथा बच्चों को संसार की सैर पर ले जाना चाहता है।

उसने पूछा, 'क्या मुझे उस नौकरी को स्वीकार करना चाहिए?'

मैंने इस सप्ताह में नेवादा में एक दिन अलग रख दिया है, ताकि उन लोगों से मिल सकूँ, जिन्होंने मेरे प्रवास के दौरान मुझसे मिलने का आग्रह किया था। एक युवा शिक्षिका कल

मुझसे मिलने आई और वह इस उधेड़बुन में थी कि क्या उसे एक पूर्वी प्रांत में एक महिला कॉलेज में दिए जा रहे पद को स्वीकार करना चाहिए। मैंने उसे सुझाव दिया कि सोने से पहले वह अपने ज़्यादा गहरे मन से पूरे विश्वास और आश्वस्ति के साथ यह पूछे: 'पूर्वी प्रांत में दिए जा रहे पद के संबंध में जवाब प्रकट करो। मैं जवाब के लिए धन्यवाद देती हूँ।'

जवाब अगली सुबह जागने पर बिजली की तरह उसके दिमाग़ में कौंधा। अंदर की आवाज़ ने कहा, 'नहीं।' उसने कहा, 'अब मुझे शांति का भारी अहसास है। मैं जहाँ हूँ, वहीं रहने जा रही हूँ।' जवाब उसके अवचेतन मन की बुद्धिमत्ता से आया था, जो सब कुछ जानता है और सब कुछ देखता है। जब सही जवाब आता है, तो आप हमेशा शांत होते हैं।

टेलीसाइकिक्स और 'सवाल-जवाब'

आपका अवचेतन किसी भी सवाल का जवाब दे देगा, लेकिन आपको बिना किसी डर या शंका के सवाल पूछना चाहिए और इस आश्वस्ति के साथ पूछना चाहिए कि जवाब दैवी प्रेम के ज़रिये दैवी योजना में मिलेगा। जवाब आपको जाग्रत घंटों के दौरान भी मिल सकता है। शायद आप एक व्यवसायी हैं, जो किसी जटिल स्थिति का समाधान या जवाब चाहते हैं; शायद आप एक गृहिणी हैं, जो मकान की क़िस्त चुकाने लायक पैसा चाहती है; या शायद आप एक इंजीनियर हैं, जो किसी बहुत गंभीर समस्या को सुलझाना चाहता है। याद रखें, आपका अवचेतन केवल जवाब जानता है।

दिन के समय की तकनीक

कई व्यवसायी, साथ ही पेशेवर और वैज्ञानिक लोग इस नीति पर अमल करते हैं: किसी शांत कमरे में जाएँ, स्थिर हो जाएँ, तनावमुक्त हों और यह सोचें कि आपके भीतर की ईश्वरीय प्रज्ञा तथा ईश्वरीय बुद्धिमत्ता आपकी सारी अत्यावश्यक शक्तियों को नियंत्रित कर रही है और पूरी सृष्टि को गणितीय सटीकता व त्रुटिरहित सटीकता से शासित कर रही है। अपनी आँखें बंद कर लें और अपना सारा ध्यान जवाब या समाधान पर केंद्रित करें, यह जानते हुए कि आपके भीतर की ईश्वरीय प्रज्ञा आपके आग्रह पर प्रतिक्रिया करेगी। अपने सवाल के जवाब के अलावा किसी चीज़ के बारे में न सोचें। कुछ मिनट तक इस शांत, तनावरहित, निष्क्रिय मानसिक अवस्था में बने रहें। यदि आप अपने मन को भटकता पाएँ, तो इसे जवाब के मनन पर दोबारा लौटा लें। यदि जवाब तीन-चार मिनट में नहीं आता है, तो छोड़ दें और दूसरे काम में जुट जाएँ। यदि समस्या का विचार आपके मन में आता है, तो बस ख़ुद से कहें, 'मैंने अपना आग्रह कर दिया है और ईश्वरीय प्रज्ञा इसकी परवाह कर रही है।'

आप पाएँगे कि इस मानसिक नज़रिये से जवाब आपके चेतन मन में स्पष्टता से आ जाएगा। शायद यह तब आएगा, जब आप किसी दूसरे काम में लगे होंगे या जब आप किसी दूसरी चीज़ में उलझे होंगे, लेकिन यह एक ऐसे पल में आएगा, जब आप इसकी क़तई उम्मीद नहीं कर रहे होंगे और ऐसे अंदाज़ में आएगा, जिसका आपको अंदाज़ा नहीं होगा।

टेलीसाइकिक्स और सृजनात्मक जीनियस

कई शीर्ष वैज्ञानिकों, संतों, मनीषियों, संगीतकारों, दार्शनिकों, चित्रकारों और कवियों ने गवाही दी है कि उनकी खोजें, अमर कलाकृतियाँ, संगीत और आविष्कार अंतर्बोध, दैवी प्रेरणा या चमक की अचानक कौंधों द्वारा प्रेरित और निर्देशित हुए हैं।

इस तरह संसार की सबसे सृजनात्मक कृतियाँ, साथ ही रोज़मर्रा की असंख्य समस्याओं के समाधान अवचेतन मन की शक्तियों के ज्ञान व इनमें विश्वास के ज़रिये हासिल हुए हैं।

टेलीसाइकिक्स तथाकथित ‘शाप’ को उदासीन कर सकता है

मैंने लास वेगस के सैंड्स होटल में अपने एक पुराने मित्र के साथ डिनर लिया, जो बहुत सुंदर होटल है। मेरे मित्र ने हर बीस साल बाद हमारे देश में राष्ट्रपति की मृत्यु के बारे में एक पुराना लेकिन रोचक प्रश्न उठाया। (आपमें से कई राष्ट्रपति हार्डिंग, फ्रैंकलिन रूज़वेल्ट और केनेडी के प्रशासन के दौरान इस तरह की कई भविष्यवाणियों और कथनों को याद कर सकते होंगे।) उन्होंने कहा कि यह भविष्यवाणी स्वर्गीय राष्ट्रपति केनेडी के ध्यान में लाई गई। कहा जाता है कि केनेडी ने टिप्पणी की कि वे इसे ग़लत साबित कर देंगे।

मेरे मित्र ने यह तथ्य बताया कि 1840 में राष्ट्रपति हैरिसन के साथ शुरू करते हुए बीस साल बाद चुना गया हर राष्ट्रपति असमय मृत्यु का शिकार हुआ। मेरे मित्र ने यह स्पष्टीकरण दिया कि राष्ट्रपति वैन बरेन दोबारा चुनाव में अपनी पराजय (1840 और 1848 में) से इतने आगबबूला हुए थे कि उन्होंने हर पीढ़ी के राष्ट्रपति को शाप दे दिया था, जो हर बीस साल बाद लागू होता था।

इस ‘घटना’ की व्याख्या बहुत सरल है। हो सकता है कि स्वर्गीय राष्ट्रपति वैन बरेन ने सचमुच शाप दिया हो, लेकिन यह भी सच है कि हम सभी सामूहिक मन या औसत के नियम में हैं। यह सामूहिक मन ज़्यादातर नकारात्मक होता है और हम सभी पर अतिक्रमण करता है। यह प्रायः दुर्भाग्य, अव्यवस्था, दुख और कष्ट में यक़ीन करता है: यह नफ़रत, ईर्ष्या, डाह और शत्रुता से भी भरा हो सकता है। बहरहाल, इसमें अच्छाई भी होती है, क्योंकि संसार के

करोड़ों लोग शांति, सद्भाव, सही कार्य आदि के लिए भी प्रार्थना कर रहे हैं, हालाँकि वे अल्पमत में हैं। जब तक कि हम 'प्रार्थना से लैस' न हों, हम सामूहिक मन के दृश्यों, ध्वनियों, डरों या अच्छे-बुरे की बहुत सारी अवधारणाओं की बाढ़ के शिकार हो सकते हैं।

इन त्रासदियों का होना ज़रूरी नहीं है; कोई भी भाग्य याचना से नहीं बदला जा सकता। कोई भी चीज़ इंसान के साथ नहीं हो सकती, जब तक कि उसके भीतर उसका मानसिक समतुल्य न हो; समान भाव या प्रबल अवचेतन डर ही इसे आकर्षित करता है। कोई भी चीज़ चेतना के अलावा किसी दूसरी वजह से नहीं होती। हमारी चेतना वह है, जो हम चेतन और अवचेतन रूप से जानते हैं, मानते हैं और सच के रूप में स्वीकार करते हैं। कोई भी स्पष्टीकरण या अनुभव इंसान के पास तब तक नहीं आता, जब तक कि सृजनात्मक शक्ति, यानी आपके ख़ुद के विचार और भावना, जो आपके सभी अनुभवों के जनक हैं, इसे स्वीकार न कर लें। हम यह नहीं जानते कि हमारे अवचेतन मन में क्या है, लेकिन हम वैज्ञानिक प्रार्थना से इसे बदल सकते हैं।

> मैं किसी बुराई से नहीं डरूँगा, क्योंकि आप मेरे साथ हैं।
>
> जो राष्ट्रपति असमय मृत्यु के शिकार हुए, वे इन त्रासदियों को रोक सकते थे, बशर्ते सामूहिक मन के विश्वास को दरकिनार करने के बजाय उन्होंने संरक्षण के महान स्त्रोत और मार्गदर्शन तथा सही कर्म के स्त्रोत के महान सत्यों को बार-बार दोहराया होता।
>
> इन महान सत्यों को दोहराकर आप सारे नुक़सान से ख़ुद की रक्षा करते हैं। यही नहीं, आप अपने अवचेतन में आध्यात्मिक प्रतिरक्षा बना लेते हैं, जो करोड़ों लोगों की मान्यताओं और अंधविश्वासों को उदासीन कर देती हैं।
>
> यदि ईश्वर हमारे साथ है, तो हमारे ख़िलाफ़ कौन टिक सकता है?
>
> \- रोमन्स 8:31

संरक्षण की प्रार्थना

एक दिन में तीन-चार बार, एक बार में कुछ मिनट तक शांत बैठें और दावा करें :

> मैं ईश्वर के शाश्वत प्रेम के पवित्र घेरे से घिरा हुआ हूँ। ईश्वर का पूरा जिरहबख्तर मुझे घेरे और लपेटे हुए है। मैं एक जादुई जीवन जीता हूँ। ईश्वर के प्रेम का जादू मेरी देखभाल करता है और मैं सर्वशक्तिमान परमात्मा से प्रतिरक्षित हूँ और ईश्वर-में-मस्त हूँ।

संरक्षण के महान स्त्रोत के साथ मिलकर यह प्रार्थना आपको विश्वास और आस्था के साथ आगे बढ़ने तथा ईश्वर के सामंजस्य में पहुँचने में मदद करेगी। कोई बुराई आपके पास

नहीं फटकेगी और कोई महामारी आपके द्वार के क़रीब नहीं आएगी। आप ख़ुद को ईश्वर के अमर प्रेम के पवित्र दायरे में पाएँगे, जहाँ आप सभी तरह के नुक़सान से सुरक्षित, अजेय और अभेद्य होंगे।

इस स्पष्टीकरण ने मेरे मित्र को संतुष्ट कर दिया। उसे अहसास हुआ कि हर बीस साल बाद राष्ट्रपतियों की मृत्यु की भविष्यवाणी करने वाले प्रकाशन, अख़बारों के लेख और टिप्पणीकारों की वजह से जनता इन भविष्यवाणियों से डर रही थी और इन पर यक़ीन कर रही थी। यह अपने आप में एक भीषण नकारात्मक शक्ति है, जो करोड़ों लोगों के दिमाग़ का अतिक्रमण कर रही थी और संतृप्त कर रही थी - और उनके विश्वास के अनुरूप ही उन्हें दिया गया।

बहरहाल, अगर जीवन के नियम को जानने वाला आध्यात्मिक मानसिकता का राष्ट्रपति हो, तो वह सिर्फ़ 'प्रार्थना से लैस' होकर इन भयानक भविष्यवाणियों को पूरी तरह से ख़ारिज कर सकता था। वह दरअसल इन सभी अंधविश्वासों और निराशाजनक भविष्यवाणियों पर हँस सकता था। क्योंकि उसे यह पता होता कि उसे उसकी आस्था के अनुरूप सकारात्मक परिणाम मिलेंगे।

उसने सीख लिया कि आई चिंग का इस्तेमाल कैसे करना है

पूर्वी अमर ग्रंथों में कोई भी 5,000 साल पुरानी परिवर्तनों की पुस्तक जितना लाभदायक नहीं है, जिसे आई चिंग कहा जाता है।

स्वर्गीय प्रोफ़ेसर कार्ल जी युंग ने रिचर्ड विल्हेम द्वारा अनूदित पुस्तक की प्रस्तावना लिखी, जिसमें उन्होंने बताया कि उन्होंने लगभग 25 साल तक इसका इस्तेमाल किया था और वे इसकी सटीक भविष्यवाणी से आश्चर्यचकित थे। आई चिंग बुद्धिमत्ता की पुस्तक है और जब आप इससे कोई प्रश्न पूछते हैं, तो आपके अवचेतन के आध्यात्मिक साधन जवाब दे देंगे। सबसे लोकप्रिय विधि को कॉइन ओरेकल के नाम से जाना जाता है। आप तीन सिक्कों को कुल छह बार उछालते हैं और हर बार उछालने पर हेड या टेल की संख्या को दर्ज कर लेते हैं। परिणाम से आपको एक हेक्साग्राम मिलता है, जिसमें जवाब उजागर किया जाता है।

एक पेशेवर व्यक्ति मुझसे होटल में मिलने आया, जिसे हम डॉ. एक्स कहेंगे। उसने मुझसे पूछा कि क्या मैं उस जवाब पर टिप्पणी करूँगा, जो उसे सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग से मिला था। उसने एक लाख डॉलर का निवेश करने का मन बनाया था, जो एक लाभकारी सौदा लग रहा था, लेकिन उसे जो हेक्साग्राम मिला, वह था 33/पीछे हटो। मैंने उसे सुझाव दिया कि उसके अवचेतन की बुद्धिमत्ता हर तरह से उसकी रक्षा करना चाहती थी और उसे

हट जाना चाहिए, जो उसने किया।

उसने उसी शाम मुझे फ़ोन करके बताया कि उसके वकील ने आख़िरी मिनट पर 'एक गड़बड़' चीज़ खोज ली थी। सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग के इस्तेमाल ने उसके एक लाख डॉलर बचा दिए। उसके प्रश्न का जवाब देने के साथ द सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग ने एक और व्यक्तिगत प्रश्न का भी जवाब दे दिया, जो उसने नहीं पूछा था।

विल्हेम/बेन्स द्वारा अनूदित आई चिंग या सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग में (जो युगों पुरानी बुक ऑफ़ विस्डम पर टीका है) आप पाएँगे कि आई चिंग में आपके ख़ास प्रश्न के अलावा आपके अवचेतन से अनपूछे प्रश्न खोद निकालने की भी असाधारण योग्यता है। यह एक साथ पूछे गए और अनपूछे दोनों प्रश्नों के सही जवाब उजागर कर देती है।

टेलीसाइकिक्स और गाय की देखभाल

एक युवा महिला मुझसे पत्राचार कर रही थी। उसके साथ सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग पर बातचीत करते समय उसने कहा कि एक युवक उस पर शादी करने का दबाव डाल रहा था। आई चिंग ने उस युवती को हेक्साग्राम 30/क्लिंगिंग, अग्नि का जवाब दिया था। इस हेक्साग्राम ने यह भी कहा कि गाय की देखभाल करने से ख़ुशक़िस्मती आती है। (गाय का मतलब प्राचीन प्रतीकवाद में अवचेतन मन होता है।)

दरअसल, वह एक पूर्व पति के प्रति गहरे द्वेष और शत्रुता को जकड़े हुए थी। नफ़रत और शत्रुता की अग्नियाँ उसके अवचेतन मन में दहक रही थीं। अब जिस पुरुष से वह शादी करने की सोच रही थी, वह उसके बताए अनुसार एक शराबी था और नशीली दवाएँ भी बेचता था।

मैंने उसे समझाया कि उसे गाय की परवाह करनी चाहिए। वह अपने अवचेतन में मानसिक विषों को जकड़ रही थी; इसीलिए उसने इस बीमार आदमी को आकर्षित किया - अचेतन रूप से वह दंड की तलाश कर रही थी। उसने शराबी के साथ रिश्ता तोड़ने का निर्णय लिया और यह भी कि वह गाय (अपने अवचेतन) की देखभाल करेगी और अपने भीतर निवास करने वाली सारी नकारात्मकता और कटुता को जड़ से उखाड़ देगी। उसने नकारात्मक, विनाशकारी विचार रखने के लिए ख़ुद को क्षमा करने का निर्णय लिया और अपने पूर्व पति को मुक्त कर दिया तथा उसके लिए जीवन की सभी नियामतों की सच्ची कामना की, यह जानते हुए कि किसी के लिए प्रार्थना करने तथा दुआ माँगने के साथ उसके प्रति द्वेष रखना असंभव होता है।

मैंने उसे स्पष्टता से बताया कि उसे पता चल जाएगा कि कब उसने अपने पूर्व पति को सचमुच मुक्त तथा क्षमा कर दिया है, क्योंकि वह उसका ख़्याल आने पर भुनभुनाना छोड़

देगी। नफ़रत और द्वेष की जड़ें दैवी प्रेम से पूरी तरह से नष्ट हो जाएँगी।

यह महिला अब मुक्त हो चुकी है। उसने आई चिंग की सलाह पर चलकर अपनी गाय (अवचेतन मन) की देखभाल की। लास वेगस से लौटे हुए मुझे एक महीना हो चुका है और उसने अभी-अभी मुझे पत्र लिखकर बताया है कि वह एक प्रोफ़ेसर से शादी कर रही है।

टेलीसाइकिक्स को अपने जीवन में चमत्कार करने दें।

स्मरणीय बिंदु...

1. जब आप इसका समझदारी से दोहन करना सीख लेते हैं, तो आपका अवचेतन मन आपको अद्‌भुत नए सृजनात्मक विचार दे सकता है। आपका अवचेतन मन सर्वव्यापी व्यक्तिपरक मन के साथ एकाकार है और यह ईश्वर की सारी बुद्धिमत्ता तथा शक्ति के साथ सह-व्यापी है।

2. आप अपने चेतन मन को शांत करके, तनावरहित होकर और छोड़कर तथा फिर अपने ज़्यादा गहरे मन से आग्रह करके अपने अवचेतन मन का दोहन करते हैं, यह जानते हुए कि जवाब दैवी योजना में आएगा।

3. एक आदमी ने लास वेगस में 50,000 डॉलर जीते और उसने अपने अवचेतन मन से जवाब पाने के लिए इस तकनीक का इस्तेमाल किया: उसने अपनी आँखें बंद कीं, बिस्तर पर शिथिल हुआ और एक उनींदी, ग़ाफ़िल अवस्था में पहुँच गया। फिर वह अपने अवचेतन से बोला: 'मुझे कल खेलने वाले अंक बताओ।' इस वजह से वह हर साल अपनी वैकेशन में लास वेगस की यात्रा करता है और अक्सर भारी जीत के साथ लौटता है।

4. एक शिक्षिका सोच रही थी कि क्या उसे दूसरे राज्य में एक नौकरी को स्वीकार करना चाहिए। उसने सोने से पहले अपने अवचेतन से जवाब उजागर करने को कहा। सुबह जागने पर जवाब अंतर्बोध की एक आंतरिक आवाज़ के रूप में आया: 'नहीं!' यह जवाब उसकी आत्मा के आंतरिक, मौन ज्ञान के साथ पूरी तरह मेल खाता था और इसने उसे हर मायने में संतुष्ट कर दिया।

5. जब आप अपने अवचेतन से आग्रह करते हैं, तो आपको पूरा विश्वास और आस्था रखनी चाहिए कि जवाब मिलेगा। अवश्यंभावी रूप से आपको सही जवाब मिलेगा। जब आप दिन के दौरान सक्रिय और व्यस्त होते हैं तथा किसी महत्त्वपूर्ण निर्णय का जवाब खोजते हैं, तो कहीं दूर चले जाएँ, जहाँ आप शांत हो सकें और अपने पूरे अस्तित्व को तनावरहित कर लें। फिर अपना ध्यान समाधान या जवाब पर केंद्रित

करें। यदि तीन-चार मिनट में कोई जवाब नहीं मिलता है, तो प्रयास छोड़ दें और अपने काम में जुट जाएँ। जवाब आपके पास तब आएगा, जब आप किसी दूसरी चीज़ में व्यस्त होंगे और इसके बारे में ज़रा भी नहीं सोच रहे होंगे।

6. कवियों, चित्रकारों, वैज्ञानिकों, संगीतकारों, मनीषियों और मुनियों को उनके अवचेतन मन का दोहन करने से प्रेरणा, नए विचार, आविष्कार और अद्‌भुत खोजें मिली हैं।

7. हर बीस साल में अमेरिका के राष्ट्रपति की मृत्यु के बारे में सामूहिक मन का विश्वास, जो राष्ट्रपति वैन बुरेन के दिए तथाकथित 'शाप' पर आधारित था, किसी आध्यात्मिक मानसिकता वाले राष्ट्रपति द्वारा पूरी तरह से उदासीन किया जा सकता है। उसे तो बस अपने अवचेतन को ईश्वर के अमर सत्यों से सराबोर करना था। ये सत्य उसके अवचेतन मन से सामूहिक मन के सभी तरह के डरों, अंधविश्वासों और नकारात्मक भविष्यवाणियों को उदासीन कर देंगे तथा हटा देंगे। मिसाल के तौर पर, जो राष्ट्रपति अपने अवचेतन को 91वें स्त्रोत (सुरक्षा के महान स्त्रोत) के जीवनदायी साँचों से भर लेता, वह सामूहिक मन के झूठे विश्वासों और भयानक भविष्यवाणियों से रक्षित हो जाता।

8. सभी तरह के नुक़सान से ख़ुद की रक्षा करने का एक अद्‌भुत तरीक़ा नीचे दी गई प्रार्थना को भावना से, जानते-बूझते हुए और यक़ीन के साथ दोहराना है: 'मैं ईश्वर के अमर प्रेम के पवित्र दायरे से हमेशा घिरा हुआ हूँ। ईश्वर का पूरा जिरहबख्तर मुझे घेरे हुए हैं, मुझे लपेटे हुए है। मैं एक जादुई जीवन जीता हूँ। मैं जीवंत सर्वशक्तिमान आत्मा से प्रतिरक्षित हूँ और मैं ईश्वर-में-मस्त हूँ।'

9. स्वर्गीय प्रोफ़ेसर कार्ल युंग ने कहा था कि उन्होंने लगभग पच्चीस साल तक आई चिंग का इस्तेमाल किया था और वे इसकी अद्‌भुत सटीकता से चमत्कृत थे। डॉ. एक्स ने मुझे बताया कि द सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग से एक प्रश्न पूछने पर उन्हें जवाब मिला, 'पीछे लौटो।' वे एक नए सौदे में एक लाख डॉलर का निवेश करने वाले थे, लेकिन वे पीछे हट गए। उनके वकील ने उन्हें बताया कि उन्होंने एक लाख डॉलर बचा लिए थे।

10. सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग बाइबल संबंधी तथा मनोवैज्ञानिक अर्थ की रोज़मर्रा की भाषा में द आई चिंग के हेक्साग्राम पर टीका करती है। इससे सवाल पूछने पर आप पाएँगे कि यह 'आपको आपके ख़ास सवाल का जवाब देने के अलावा अनपूछे सवालों के भी जवाब दे देगी।'

11. एक युवक (शराबी) एक युवा महिला पर शादी करने का दबाव डाल रहा था। महिला को सीक्रेट्स ऑफ़ द आई चिंग से जवाब में हेक्साग्राम 30 मिला, जिसने उसे 'गाय' की परवाह करने का संकेत दिया। गाय अवचेतन का प्रतीक है, जो पोषण और संरक्षण का स्त्रोत है। उस युवती ने स्वीकार किया कि वह अपने पूर्व पति के प्रति

नफ़रत और द्वेष से भरी हुई थी। ये मानसिक विष उसके अवचेतन मन में वास कर रहे थे। बेशक इसी की वजह से उसने इस शराबी और नशीले पदार्थ बेचने वाले को आकर्षित किया था। उसने तुरंत सगाई तोड़ दी। फिर उसने अपने पूर्व पति को ईश्वर के हवाले किया और उसके लिए जीवन के सारे वरदानों की दुआ माँगी। उससे मिले हुए एक महीना हो गया है और अब वह एक कॉलेज प्रोफ़ेसर से शादी करने वाली है। टेलीसाइकिक्स ने उसके लिए चमत्कार कर दिया।

18

टेलीसाइकिक्स और ईश्वरीय ज्ञान के साथ आपकी कड़ी

आपका विचार ईश्वर के साथ आपकी कड़ी है। कहा जाता है कि विचार जगत पर शासन करता है। रैल्फ़ वॉल्डो एमर्सन ने कहा था: 'विचार केवल उन्हीं लोगों की संपत्ति हैं, जो उन्हें सँभाल सकते हैं।' विचार वस्तुएँ हैं। आप जो महसूस करते हैं, उसे आकर्षित करते हैं; आप जिसकी कल्पना करते हैं, वह बन जाते हैं। एमर्सन ने यह भी कहा था: 'मनुष्य वही है, जो वह दिन भर सोचता है।'

आत्मा ईश्वर है, आत्मा की शक्ति सोचना है। इसीलिए मानसिक और आध्यात्मिक नियमों का अध्ययन करने वाले लोग अक्सर कहते हैं, 'जब मेरे विचार ईश्वर के विचार होते हैं, तो मेरी भलाई के विचारों के साथ ईश्वर की शक्ति होती है।' याद रखें, ईश्वर और नेकी संसार के कई धर्मग्रंथों में पर्यायवाची हैं।

अपने विचारों का सम्मान करना सीखें। याद रखें कि जीवन में आपकी ख़ुशी, सफलता, मानसिक शांति और उपलब्धियाँ आपके आदतन विचारों द्वारा तय की जाती हैं। विचार ख़ुद पर अमल कराते हैं। आपका विचार एक मानसिक कंपन और निश्चित शक्ति है। आपके कार्य, अभिव्यक्तियाँ और अनुभव आपकी आदतन सोच के परिणाम हैं। अपने मन में शांति, सौहार्द, सही कार्य, प्रेम और सद्भावना के विचारों को सिंहासन पर बैठाएँ। आपके बाहरी कार्य आपके आंतरिक विचार तंत्रों को उजागर कर देंगे।

जब आप किसी विचार को सोचते हैं और इस पर मनन करते हैं, तो आप इसकी निहित शक्ति को सक्रिय कर रहे हैं। विलियम शेक्सपियर ने कहा था: 'हमारे विचार हमारे हैं; उनके परिणाम हमारे हाथ में नहीं हैं।' आप जो भी सच सोचते और महसूस करते हैं, उसे आप अपने जीवन में ले आएँगे। आपके विचार और भावना आपकी तक़दीर बनाते हैं।

जहाँ तक बाइबल की भाषा का संबंध है, भावना का मतलब किसी चीज़ में गहरी रुचि होना है। प्रोवर्ब्स 23:7 में लिखा है, जैसा वह अपने दिल में सोचता है, वैसा ही वह है। इसका मतलब है कि जब आप संगीत, विज्ञान, कला या अपने पेशे में बहुत रुचि लेते हैं और लीन होते हैं, तो आप बहुत सफल होंगे, सिर्फ़ इस कारण क्योंकि आपका दिल आपके काम

में रमा होता है। आप गहराई से सोच रहे हैं या आपके विचार या मानसिक चित्र की वास्तविकता को महसूस कर रहे हैं, जो 'दिल से सोचना' है।

उसने कहा: 'मैं इतना चिंतित हूँ कि मैं काम नहीं कर सकता या सो नहीं सकता'

कुछ समय पहले एक युवक मुझसे मिलने आया और बोला, 'इतना चिंतित और तनावग्रस्त होने से पहले मैं दिन भर काम कर सकता था और इसके बावजूद अच्छा महसूस करता था। अब मैं इतना विचलित हूँ कि मैं सड़क किनारे कार खड़ी करके लेट जाता हूँ, तभी मुझमें आगे कार चलाने की शक्ति आती है।'

इस युवक की उम्र 28 साल है और उसने मुझे बताया कि वह एक सेल्समैन था। वह एक चिकित्सक के पास गया था, जिसने उसे तनावशामक दवाएँ दी थीं, क्योंकि उसे कोई शारीरिक व्याधि नहीं थी। तनावशामक दवाओं का असर ख़त्म होने पर वह एक बार फिर चिंतित, तनावग्रस्त, घबराया हुआ और कमज़ोर हो जाता था।

मैंने उससे उसके प्रेम जीवन के बारे में सवाल पूछे। उसकी बातचीत से मुझे पता लगा कि जब वह कारोबार के सिलसिले में शहर के बाहर यात्रा करने जाता था, तो उसकी आकर्षक मँगेतर किसी और युवक के साथ डेटिंग करने लगती थी। यही उसके तनाव और चिंता का कारण था; वह अपनी प्रेमिका को गँवाने से डर रहा था। उसकी सारी थकान और ऊर्जाहीनता उसकी इस चिंता और तनाव की वजह से उत्पन्न हुई थी कि उसने अपनी प्रेमिका को खो दिया है।

मैंने उसे समझाया कि डॉक्टरों ने शोध द्वारा प्रदर्शित कर दिया है कि तनाव, दबाव और चिंता शरीर में थकान और कमज़ोरी उत्पन्न करती हैं। मेरे सुझाव पर उसने अपनी मँगेतर के साथ समस्या पर सीधी बातचीत की। उनमें दिल खोलकर बात हुई और उन्होंने समस्या को सुलझा लिया। जैसा पता चला, वह अकेलापन महसूस करती थी और इस युवक की अनुपस्थिति में अपने एक कज़िन के साथ कुछ स्थानीय फ़िल्में देखने चली जाती थी।

उसकी सामान्य शक्ति लौट आई और उसका हुलिया 100 प्रतिशत सुधर गया। कुछ ही सप्ताह में उसने उस लड़की से शादी कर ली। दैवी प्रेम ने उन्हें एक कर दिया।

टेलीसाइकिक्स और अस्थमा के दौरे

कुछ समय पहले मैंने महिलाओं के एक क्लब में व्याख्यान दिया। सवाल-जवाब के दौर में

त्रिनिदाद की एक महिला ने मुझसे पूछा कि ऐसा क्यों था कि जब भी वह किसी चर्च के पास से गुज़रती थी, चाहे यह प्रोटेस्टेंट हो, कैथोलिक हो या यहूदी हो, तो उसे तुरंत अस्थमा का दौरा पड़ जाता था। मैंने कहा कि इसका संबंध उसके जीवन में किसी सदमे भरी घटना से हो सकता है, जो उसके अवचेतन मन में अब भी दफ़न है - कोई दफ़न स्मृति - और चर्च उसे उस भावनात्मक घाव की याद दिलाती थी।

कुछ समय सोचने के बाद उसने जवाब दिया कि जब वह और उसका परिवार कुछ साल पहले चर्च में इंतज़ार कर रहा था, तो एक संदेशवाहक यह ख़बर लाया कि उसका मँगेतर कार दुर्घटना में मर गया था। इसके बाद, जब भी वह किसी चर्च के पास से गुज़रती थी, तो उसे हर बार अस्थमे का दौरा पड़ जाता था, जो कुछ मिनट बाद अपने आप ठीक हो जाता था।

मैंने उसे सुझाव दिया कि उसे तो बस उस व्यक्ति को ईश्वर के हवाले करना था। उसका दुर्घटना से कोई संबंध नहीं था, क्योंकि वह अपने मँगेतर के जीवन के नियंत्रण में नहीं थी। जो भी उस मँगेतर के मन में था, उसकी वजह से दुर्घटना हुई; उस युवती की इसमें कोई ग़लती नहीं थी। इसके अनुसार उसने हर रात दावा किया :

> मैं अपने पूर्व मँगेतर को पूरी तरह से ईश्वर के हवाले करती हूँ। मैं उसके प्रति प्रेम, शांति और ख़ुशी संचारित करती हूँ। मैं जानती हूँ कि उसकी यात्रा आगे की ओर, ऊपर की ओर और ईश्वर की ओर है। जब भी मैं उसके बारे में सोचूँगी, मैं तुरंत दावा करूँगी, 'मैंने तुम्हें ईश्वर के हवाले कर दिया है। ईश्वर तुम्हारे साथ रहे।'

मैंने उसे यह भी ख़ास तौर पर कहा कि अगले ही दिन वह सबसे नज़दीकी चर्च में जाए और अपने मन में कहे, 'दिव्य प्रेम मेरे पहले जाता है, मेरे रास्ते को सीधा, सुखद और आनंददायक बनाता है। मैं दिव्य योजना और दिव्य प्रेम में प्रार्थना करने के लिए चर्च जा रही हूँ।'

उसने इस प्रार्थना की तकनीक का अनुसरण किया और चर्च जाने पर अगले ही दिन उसका पूरी तरह उपचार हो गया। एमर्सन ने कहा था, 'जिसे करने से तुम डरते हो, उस काम को कर दो और डर की मृत्यु तय है।' उसने ठीक यही किया और उसने साबित कर दिया कि प्रेम डर को बाहर निकाल देता है।

टेलीसाइकिक्स और वस्तुपरक सोच

जब आप सर्वव्यापी सिद्धांतों और अमर सत्यों के दृष्टिकोण से सोचते हैं, तभी आप सचमुच सोच रहे हैं। वे कभी नहीं बदलते हैं - वे कल, आज और हमेशा वही हैं। एक गणितज्ञ गणित

के सिद्धांतों के दृष्टिकोण से सोचता है और मनुष्यों की क्षणिक रायों से नहीं सोचता है। जब आप स्थानीय अख़बारों की सुर्ख़ियों, रेडियो प्रचार या परंपरा, पंथ, संप्रदाय, परिवेशीय स्थितियों या परिस्थितियों के दृष्टिकोण से प्रतिक्रिया करते हैं, तब आप सचमुच नहीं सोच रहे हैं।

यदि आपके विचारों में कोई डर, चिंता या तनाव है, तो आप सचमुच नहीं सोच रहे हैं। सच्ची सोच में किसी तरह का डर या नकारात्मकता नहीं होती। डर के विचार तब उत्पन्न होते हैं, जब आप बाहरी चीज़ों को कारण बना लेते हैं, जो बहुत बड़ा झूठ है। बाहरी चीज़ें कारण नहीं, परिणाम हैं। कारण आपका विचार या भावना है। हर बाहरी स्थिति या परिस्थिति बदल सकती है।

जब भी आपके मन में किसी तरह के विचार या सुझाव आएँ, तो उन सत्यों के दृष्टिकोण से तर्क करें, जो कभी नहीं बदलते हैं और अपने मन में उस निष्कर्ष पर पहुँचें, जो आध्यात्मिक सिद्धांतों के दृष्टिकोण से सच है।

मिसाल के तौर पर, सद्भाव का सिद्धांत है, दुर्भाव का कोई सिद्धांत नहीं है। सत्य का सिद्धांत है, झूठ का नहीं है। जीवन का सिद्धांत है, मृत्यु का नहीं है। प्रेम का सिद्धांत है, नफ़रत का नहीं है। ख़ुशी का सिद्धांत है, दुख का नहीं है। समृद्धि का सिद्धांत है, ग़रीबी का नहीं है। स्वास्थ्य का सिद्धांत है, रोग का नहीं है। सौंदर्य का सिद्धांत है, कुरूपता का नहीं है। सही कार्य का सिद्धांत है, ग़लत कार्य का नहीं है। प्रकाश का सिद्धांत है, अंधकार का नहीं है।

यदि रोग का सिद्धांत होता, तो किसी का भी इलाज नहीं हो सकता था। रोग असामान्य है; स्वास्थ्य सामान्य है। स्वास्थ्य का सिद्धांत है। चूँकि आपके पास चुनाव करने की शक्ति है, इसलिए आप अपने अवचेतन को डर, चिंता, द्वेष, नफ़रत आदि के रुग्ण विचारों की ख़ुराक दे सकते हैं। बहरहाल, तब आप स्वास्थ्य, सद्भाव और प्रेम के सिद्धांतों की अवहेलना करेंगे। आपको अवश्यंभावी रूप से परिणाम मिलेंगे।

टेलीसाइकिक्स आपको बताती है कि औसत के नियमों के बाहर कैसे आएँ

कुछ सप्ताह पहले मैंने एक उच्च शिक्षित युवा से बातचीत की, जो एक कंपनी में दस साल से काम कर रहा था। उसने बताया कि उसे कभी कोई प्रमोशन या वेतनवृद्धि नहीं मिली, हालाँकि कम कारोबारी ज्ञान और कम शिक्षा वाले दूसरे लोग सीढ़ी पर लगातार ऊपर चढ़ते जा रहे थे, जिन्हें अच्छी-ख़ासी वेतनवृद्धि और प्रतिष्ठा मिल रही थी। यह युवक औसत के

नियम के अनुसार अनुभव कर रहा था और इसी अनुसार काम कर रहा था।

औसत का नियम बस मानव समूह का मन है, जो ज़्यादातर मामलों में सभी तरह की असफलताओं, अभावों, सीमाओं और दुर्भाग्यों में विश्वास करता है। यह सामूहिक मन काफ़ी हद तक पारंपरिक मान्यताओं से शासित होता है; इसी वजह से यह ज़्यादातर नकारात्मक होता है।

यह युवक ख़ुद पर बहुत सख़्त था। मैंने उसे साफ़ बता दिया कि अगर वह ख़ुद नहीं सोचेगा, तो वह अपने आप सामूहिक मन का शिकार बन जाएगा, जो उसके मन के ग्रहणशील माध्यम पर अतिक्रमण करता है और उसकी तरफ़ से सोचता है, जिसका परिणाम नकारात्मकता, अभाव और सभी तरह के दुख हैं।

मेरे सुझाव पर उसने अपने चेतन मन को आध्यात्मिक दृष्टि से सक्रिय करना शुरू किया, जो जल्द ही अवचेतन स्तर पर कार्य का नियम बन गया। उसे जल्दी ही आध्यात्मिक सोच और औसत (सामूहिक) सोच के बीच का भारी फ़र्क़ समझ में आ गया।

उसने इन सत्यों को दिन में कई बार दोहराया, तथा यह सुनिश्चित किया कि वह चेतन रूप से जिस पर दावा करता है, उससे बाद में इन्कार न करे :

> प्रमोशन अब मेरा है। सफलता अब मेरी है। सही कार्य अब मेरा है। दौलत अब मेरी है। दिन-रात मैं आगे बढ़ रहा हूँ, तरक्की कर रहा हूँ, विकास कर रहा हूँ और आध्यात्मिक, मानसिक, भौतिक, सामाजिक व आर्थिक दृष्टि से समृद्ध बन रहा हूँ। मैं जानता हूँ कि मैं जिस पर भी मनन करता हूँ, वही बन जाता हूँ। मैं जानता और यक़ीन करता हूँ कि ये सत्य, जिनका मैं दावा करता हूँ, मेरे अवचेतन मन में जम जाएँगे - बीजों की तरह वे अपनी तरह की फ़सल देंगे। मैं आस्था और अपेक्षा के साथ दिन में कई बार इन बीजों (विचारों) को पानी देता हूँ। मैं सफल प्रार्थना के आनंद के लिए धन्यवाद देता हूँ।

इस युवक ने अपने विचार जीवन को अनुशासित किया। जब भी डर, अभाव या अपनी आलोचना का कोई विचार उसके मन में आता था, वह तुरंत उस नकारात्मक विचार को हटाकर सकारात्मक विचार ले आता था। कुछ समय के बाद नकारात्मक विचारों का सिलसिला ख़त्म हो गया और आज (तीन महीने बाद) वह कॉरपोरेशन का एक्ज़ीक्यूटिव वाइस प्रेसिडेंट है। अब उसे अहसास है कि उसने ही ख़ुद को तरक्की दी और उसके कथनों ने ही उसकी तक़दीर बनाई।

उसकी समस्या यह थी कि वह सोचता था कि उसे जेल में होना चाहिए

लगभग साठ साल का एक आदमी एक शाम मुझसे मिलने आया। उसने कहा कि वह अपराधबोध और पश्चाताप से भरा था। उसे सोने में बहुत मुश्किल आती थी। आने से दो सप्ताह पहले उसने मुझे फ़ोन किया था, जब मैंने उसे अपने एक डॉक्टर मित्र के पास भेज दिया था, जो एक उत्कृष्ट और आध्यात्मिक डॉक्टर हैं। डॉक्टर ने उसे बताया था कि उसका रक्तचाप ख़तरनाक स्तर पर पहुँच गया था - वह भावनात्मक विकार की कगार पर था। डॉक्टर की दी हुई दवा ने उसके रक्तचाप को थोड़ा कम कर दिया और तनावशामक दवाओं ने उसे थोड़ी नींद लेने में सक्षम बना दिया। उसने मुझसे कहा, 'मुझे अपनी आत्मा के लिए भी दवा चाहिए। मैंने जो किया है, उसके लिए मुझे जेल में होना चाहिए।'

यह आदमी पहले एक क्लास में गया था, जो मैंने 'मानसिक और आध्यात्मिक नियमों की रोशनी में शेक्सपियर' पर दी थी। मैंने उसे याद दिलाया कि मिसाल के तौर पर लेडी मैकबेथ की बीमारी का कारण डंकन की हत्या पर उनका गहरा अपराधबोध था।

शेक्सपियर बाइबल के गहन विद्यार्थी थे और वे बाइबल के सारे दृष्टांतों, नीतिकथाओं तथा गूढ़ कथनों के आंतरिक, मनोवैज्ञानिक अर्थ जानते थे। वे जानते थे कि अपराधबोध का यह अहसास ही लेडी मैकबेथ को पागल बना रहा था और इलाज करने वाला चिकित्सक एक ऐसे प्रकरण से जूझ रहा था, जो दवाओं के किसी भी तरह के मिश्रण के असर से परे था।

मैंने इस युवक को बताया कि अगर वह अच्छी तरह पश्चाताप करे, तो यह घाव में चीरा लगाने जैसा होगा, जो सारे मवाद को बाहर निकाल देता है और उपचार के लिए अनुकूल होता है। उसने स्पष्टता से अपराधों की श्रृँखला उजागर करते हुए प्रतिक्रिया की और उस सारे ख़तरनाक मलबे को बाहर निकाल दिया, जो उसके दिल में जमा था।

मैंने उससे एक सरल प्रश्न पूछा: 'क्या अब आप ये काम दोबारा करेंगे?' उसने जवाब दिया, 'क़तई नहीं, अब मैं एक नया जीवन जी रहा हूँ। मैं विवाहित हूँ और मेरी दो लड़कियाँ कॉलेज में डॉक्टरी की पढ़ाई कर रही हैं।' मैंने उसका ध्यान इस तथ्य की ओर दिलाया कि शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक दृष्टि से अब वह वही इंसान नहीं रह गया था, जिसने अपराध किए थे। अब उसे ख़ुद की निंदा करना छोड़ देना चाहिए।

शरीर और मन की स्व-नवीनीकरण की प्रक्रिया

वैज्ञानिक हमें बताते हैं कि हर ग्यारह महीनों में हमारे पास एक 'नया शरीर' होता है। इस आदमी ने जीवन के प्रति अपना पूरा मानसिक और भावनात्मक नज़रिया बदल लिया था। वह आध्यात्मिक सत्यों में रुचि लेने लगा और एक धार्मिक जीवन जीने लगा। इसलिए जिस आदमी ने वे सारे अपराध किए थे, वह अब मौजूद नहीं था। अब ऐसा कोई इंसान इस संसार

में था ही नहीं।

जीवन सिद्धांत (ईश्वर) कभी दंड नहीं देता या निंदा नहीं करता; मनुष्य ही मन के नियमों के दुरुपयोग से ख़ुद को दंड देता है और निंदा करता है। जब वह ख़ुद को क्षमा कर देता है और सही सोच, सही भावना तथा सही काम के ज़रिये क़ानून का सही उपयोग करता है, तो नए मानसिक साँचे के अनुरूप उसके अवचेतन की स्वचालित प्रतिक्रिया होती है और अतीत भुला दिया जाता है तथा याद नहीं रखा जाता। एक नई शुरुआत एक नया अंत है, क्योंकि शुरुआत और अंत समान हैं। आस्था, विश्वास, प्रेम और सबके प्रति सद्‌भावना के साथ एक नया जीवन शुरू करें। तब आप जान जाते हैं कि अंत भव्य और अद्‌भुत होगा।

शेक्सपियर ने कहा था, ‘वह प्रेम दरअसल प्रेम नहीं है, जो मौका मिलते ही बदल जाता है’ (सॉनेट 116)। ईश्वर प्रेम है - इसलिए यह कोई प्रेमरहित चीज़ नहीं कर सकता। आपको ईश्वरीय जीवन ने पहले ही क्षमा नहीं कर दिया है, यह सोचना अंधविश्वास और भारी ग़लती है। आत्म-निंदा और अपराधबोध इस आदमी का रोग था। और ख़ुद को क्षमा करना ही उसकी राहत और इलाज था। सत्य पर एक घंटे की बातचीत ने उसका पूरा जीवन बदल दिया और आज वह ख़ुश तथा स्वस्थ है।

स्मरणीय बिंदु...

1. आपका विचार ईश्वर के साथ आपकी कड़ी है। विचार जगत पर शासन करता है। विचार ही वस्तुएँ हैं; आप जो महसूस करते हैं, उसे आकर्षित करते हैं; जिसकी आप कल्पना करते हैं, वही बन जाते हैं। एमर्सन ने कहा था, ‘इंसान वह है, जो वह दिन भर सोचता है।’ आपका विचार सृजनात्मक है। अपने विचार के प्रति स्वस्थ सम्मान रखें, क्योंकि आपके विचार ख़ुद पर अमल कराते हैं।

2. जहाँ तक बाइबल का संबंध है, भावना का मतलब है किसी चीज़ में गहरी रुचि। जब आप अपने काम या किसी ख़ास चीज़ में बेहद रुचि रखते हैं, तो आप ज़बर्दस्त सफलता पाएँगे।

3. चिंता और तनाव पूरे शरीर को कमज़ोर बना देते हैं और इनके फलस्वरूप आलस, थकान और डिप्रेशन आता है। एक आदमी गहरी चिंता और अनिद्रा का शिकार था, क्योंकि उसे अपनी मँगेतर को खोने का डर था। उसने इस मामले में उससे बातचीत की। उन्होंने समस्या को सुलझा लिया और शादी कर ली। वह एक बार फिर उत्साही और ख़ुश हो गया। दिव्य प्रेम ने उन्हें एक कर दिया और व्याख्या ही इलाज थी।

4. एक महिला जब भी किसी चर्च के पास से गुज़रती थी, उसे अस्थमा का दौरा पड़ता

था। यह एक भावनात्मक सदमे की वजह से था, जिसे उसने नहीं सुलझाया था। जब वह चर्च में विवाह के लिए इंतज़ार कर रही थी, तो उसे ख़बर मिली कि वहाँ आते समय उसके मँगेतर का कार दुर्घटना में निधन हो गया। उसने अपने पूर्व मँगेतर की शांति, सद्भाव, ख़ुशी और प्रकाश के लिए प्रार्थना करके उसे मुक्त कर दिया और ख़ुद को भी मुक्त कर लिया। फिर वह साहस के साथ सबसे नज़दीकी चर्च गई और यह दावा किया कि 'दिव्य प्रेम मेरे आगे जाता है और ईश्वर की ख़ुशी ही मेरी शक्ति है।' उसे शक्ति का नया संचार महसूस हुआ। वह चीज़ कर दें, जिसे करने से आप डरते हैं और डर की मृत्यु तय है।

5. सच्ची सोच सर्वव्यापी सिद्धांतों और अमर सत्यों के दृष्टिकोण से सोचना है, जो कभी नहीं बदलते हैं: वे कल, आज और हमेशा वही रहते हैं। जब आपकी सोच में कोई डर, शंका या चिंता होती है, तो आप दरअसल नहीं सोच रहे हैं। जब आपके विचार ईश्वर-सदृश होते हैं, तो ईश्वर की शक्ति आपके भलाई के विचारों के साथ होती है। वैज्ञानिक चिंतक कभी भी बाहरी चीज़ों या घटनापूर्ण संसार को शक्ति नहीं देता है। वह अपने भीतर की ईश्वर-उपस्थिति को शक्ति और निष्ठा देता है, जो सर्वोच्च और सर्वशक्तिमान है।

6. सद्भाव का एक सिद्धांत है, दुर्भाव का कोई सिद्धांत नहीं है। प्रेम का एक सिद्धांत है, नफ़रत का नहीं है। ख़ुशी का सिद्धांत है, दुख का नहीं है। सत्य का सिद्धांत है, झूठ का नहीं है। स्वास्थ्य का सिद्धांत है, रोग का नहीं है।

7. औसत के नियम का मतलब है इस संसार के सारे लोगों की आदतन सोच। यह अधिकांश सोच नकारात्मक होती है। भीड़ रोग, त्रासदी, दुर्भाग्य, आपदाओं और सभी तरह के अंधविश्वासों में यक़ीन करती है। बहरहाल, असंख्य दूसरे लोगों के सृजनात्मक सोच की बदौलत सामूहिक मन में कुछ अच्छाई भी होती है, लेकिन कुल मिलाकर सामूहिक मन बहुत नकारात्मक होता है। यदि आप अपनी तरफ़ से नहीं सोचते हैं, तो सामूहिक मन, अपने डरों, नफ़रतों, ईर्ष्याओं तथा रुग्ण अंधविश्वासों के हिमस्खलन के साथ आप पर हावी हो जाएगा और आपकी तरफ़ से सोचने लगेगा। सामूहिक मन (जिसे औसत का नियम भी कहा जाता है) से बाहर निकलें और अपनी सोच उन चीज़ों पर आधारित करें, जो भी सच्ची, प्यारी, उदात्त, गरिमामय, प्रेरक और ईश्वर-सदृश हैं।

8. एक युवक जीवन में कोई प्रगति नहीं कर रहा था। उसने आध्यात्मिक रूप से अपने चेतन मन को सक्रिय करना शुरू किया, जो जल्द ही उसके अवचेतन स्तर पर कार्य का नियम बन गया। उसे आध्यात्मिक सोच और औसत या सामूहिक मन की सोच में भारी फ़र्क़ मिला। वह इस तरह दावा करता था: 'प्रमोशन अब मेरा है। सफलता मेरी है। सही कार्य मेरा है। दौलत मेरी है। समृद्धि मेरी है।' जब भी उसके मन में

नकारात्मक विचार आए, उसने तुरंत उनकी जगह पर समृद्धि, शांति, सद्भाव, तरक्की, विजय आदि के सृजनात्मक विचार स्थापित कर लिए। अपने विचारों के सतत अनुशासन के ज़रिये उसने अपने जीवन का कायाकल्प कर लिया और सभी मायनों में आगे तथा ऊपर की ओर बढ़ गया।

9. अपराधबोध और आत्म-निंदा से भरे एक व्यक्ति ने अपने सारे अपराध खुलकर बता दिए और सारे ज़हर को अपनी आत्मा (अवचेतन मन) से बाहर निकाल दिया। उसे आध्यात्मिक दवा की ज़रूरत थी; क्योंकि जो गोलियाँ वह ले रहा था, हालाँकि वे कुछ हद तक उसके उच्च रक्तचाप और तनाव को कम कर रही थीं, लेकिन वे उसके अवचेतन मन में मौजूद ज़हर तक नहीं पहुँच सकती थी। यह आदमी एक अच्छा, धार्मिक जीवन जीने लगा और मैंने उसे बताया कि वह अब उतना ही अच्छा था, मानो वह पहले कभी बुरा न रहा हो। मैंने बताया कि अब वह मानसिक, शारीरिक, भावनात्मक या आध्यात्मिक दृष्टिकोण से वही इंसान नहीं रह गया था, इसलिए अब उसे किसी बेगुनाह की निंदा करना छोड़ देना चाहिए, जो वह ख़ुद था। ईश्वर किसी व्यक्ति की निंदा नहीं करता। अगर वह वर्तमान में एक अच्छा जीवन जी रहा हो, तो अतीत भुला जाता है - याद नहीं रखा जाता। यह आदमी पुरानी ग़लतियों को नहीं दोहरा सकता था - इसलिए उसका सचमुच कायाकल्प हो गया था। उसने ख़ुद को क्षमा कर दिया और अपने अपराधबोध से आज़ाद हो गया। एक घंटे ने उसकी जान बचा ली और सभी तरीक़ों से उसका कायाकल्प कर दिया।

19

टेलीसाइकिक्स कैसे मन के नियम को सक्रिय करती है

हाल में एक बहुत दुखी महिला मुझसे मिलने आई। पचास साल के शादी-शुदा जीवन के बाद उसका पति अचानक बहुत शराब पीने लगा था और पक्का शराबी बनने की कगार पर नज़र आ रहा था। उसने कहा कि उसके कुछ धार्मिक मित्रों और सहयोगियों ने उसे बताया था कि उसके लिए प्रार्थना करना ग़लत था, क्योंकि उसे सबसे पहले ख़ुद अपनी तरफ़ से शराब से दूर रहने की इच्छा करनी चाहिए।

मैंने कहा कि लोगों की सलाह 'बकवास' है - उसमें कोई समझदारी नहीं है। मैंने उससे पूछा कि उसके हिसाब से प्रार्थना-चिकित्सा का क्या मतलब था। फिर मैंने उसे समझाया कि इसका मतलब किसी पर मानसिक दबाव डालना या सामने वाले व्यक्ति को प्रभावित करने की कोशिश करना नहीं है। यदि वह महिला सड़क पर जाए और किसी दूसरी महिला को वहाँ गिरते देखे, संभवतः किसी हार्ट अटैक से, तो क्या वह एम्बुलेंस नहीं बुलाएगी और भरसक मदद नहीं करेगी? दरअसल, मैंने उसे बताया कि उसे कोई अधिकार नहीं है कि वह एम्बुलेंस न बुलाए या अवसर के हिसाब से उचित काम न करे।

आपको याद रखना चाहिए कि मानसिक रोग, मानसिक विकृतियाँ, ग़रीबी, शराब की लत, नशीली दवाओं की आदत या किसी भी तरह की बुराइयाँ हमारे भीतर के देवत्व की नहीं हैं, जो हमेशा स्वस्थ, शुद्ध और आदर्श है। यह पूरी तरह से सही और दिव्य योजना में है कि आप सामने वाले के लिए प्रार्थना करें, चाहे वह इस बारे में जानता हो या नहीं या चाहे वह प्रार्थना चिकित्सा के लिए आपसे कहे या न कहे। आपको अपनी बीमार माँ, पिता या मित्र के लिए प्रार्थना सिर्फ़ इसलिए नहीं करनी चाहिए, क्योंकि उसने आपसे ऐसा करने को नहीं कहा है, यह सोचना निरा अंधविश्वास है।

जब आप किसी दूसरे के लिए प्रार्थना करते हैं, तो आप दावा करते हैं कि जो ईश्वर के बारे में सच है, वह उस व्यक्ति के बारे में भी सच है, जिसके लिए आप प्रार्थना करते हैं। आप सिर्फ़ सामने वाले की दैवी उपस्थिति के सामंजस्य में आ रहे हैं और अपने विचार तथा भावना में ईश्वर के गुणों, योग्यताओं तथा पहलुओं को पुनर्जीवित कर रहे हैं। चूँकि केवल

एक ही मस्तिष्क है, इसलिए सामने वाले के मन में ये प्रबल गुण उसी समय पुनर्जीवित हो रहे हैं।

जब आप बीमार हों, तो प्रार्थना कैसे करें

अंदर वास करने वाले ईश्वर की ओर मुड़ें और ख़ुद को उसकी शांति, सद्भाव, स्वास्थ्य, सौंदर्य, असीम प्रेम व असीम शक्ति की याद दिलाएँ। जान लें कि ईश्वर आपसे प्रेम करता है और आपकी देखभाल करता है। जब आप इस तरह से प्रार्थना करते हैं, तो डर धीरे-धीरे दूर भाग जाएगा।

अपने मन को ईश्वर तथा उसके प्रेम की ओर मोड़ें। यह महसूस करें और जानें कि केवल एक ही उपचारक उपस्थिति और शक्ति है। इस सिद्धांत को समझ लें: ईश्वर के कार्य को चुनौती देने वाली कोई शक्ति नहीं है। शांति से और प्रेम से दावा करें कि उपचारक उपस्थिति की प्रेरक उपचार करने वाली, शक्तिशाली बनाने वाली शक्ति आपमें प्रवाहित हो रही है और आपको पूरी तरह स्वस्थ कर रही है। जान लें और महसूस करें कि ईश्वर का सद्भाव, सौंदर्य और जीवन आपमें शक्ति, शांति, स्फूर्ति, सौंदर्य, स्वास्थ्य व सही कार्य के रूप में प्रकट होता है। इसका स्पष्ट अहसास कर लें और क्षतिग्रस्त हृदय या रुग्ण अवस्था ईश्वर के प्रेम के प्रकाश में घुल जाएगी।

किसी दूसरे के लिए प्रार्थना करते वक़्त उसका नाम लें और उसके लिए उन्हीं सत्यों का दावा करें, जिनका दावा आप अपने लिए करते।

उसने इस बात पर ज़ोर दिया कि उसे भूत लग गए हैं

कई सालों तक मैंने ग्रेट ब्रिटेन और आयरलैंड तथा अमेरिका के लोगों को परामर्श दिया है, जिन्होंने दावा किया था कि उन्हें भूत लग गए हैं। इनमें से कई लोगों को कई भूत लगे थे।

नीचे एक साठ वर्षीय व्यक्ति का बहुत रोचक प्रकरण है, जो कुछ समय पहले मुझसे मिलने आया। उसने दावा किया कि उसे कई भूत लग गए हैं, जो उससे अजीब काम कराते हैं। उसने तीन साल पहले शॉक थेरेपी ली थी - कुछ महीनों तक राहत मिली - लेकिन उसने कहा कि भूत उसे सताने के लिए फिर से लौट आए। वे उस पर गालियाँ, शाप और लानतें बकते थे। वे उसे शराब और बलात्कार के लिए प्रेरित करते थे। ये तथाकथित भूत रात को उसे मुक्के मारते थे और सोने नहीं देते थे, उसे बताते थे कि वे उससे कितनी घृणा और नफ़रत करते हैं।

मुझे अहसास हुआ कि भगाने के लिए कोई भूत नहीं है। ये भूत और कोई नहीं, दरअसल उसका ही अवचेतन मन था, जो उससे बात कर रहा था। असल मुद्दा यह था कि वह एक पूर्व पत्नी के प्रति नफ़रत और द्वेष से भरा था, जिसने भागकर किसी दूसरे से शादी कर ली थी। उसकी दुष्ट और विनाशकारी सोच उसके अवचेतन मन में धँस गई, जिससे 'भूत' ग्रंथि बन गई। इस नफ़रत के फलस्वरूप वह अपराधबोध से भरा था। साथ ही उसे यह भय भी था कि उसे सज़ा मिलेगी।

मैंने उसे 91वाँ स्त्रोत दिन में तीन-चार बार दोहराने के लिए दिया। साथ ही रात को उसे 27वाँ स्त्रोत भी पढ़ना था, जो डर का बेहतरीन इलाज है। वह चार महीने तक सप्ताह में एक बार मुझसे मिलने आया और प्रार्थना की प्रक्रिया द्वारा उसने अपनी पूर्व-पत्नी को धीरे-धीरे मुक्त कर दिया, उसके लिए जीवन की सारी नियामतों की कामना की, ताकि वह नफ़रत या द्वेष के बिना उसके बारे में सोच सके।

मैंने उसे समझाया कि लोग सपनों में हमसे बात करते नज़र आते हैं और हम भी नींद में कई बार बोलते हैं। यदि हम अपने अवचेतन में नफ़रत, द्वेष और शत्रुता बो दें, तो हमारे ज़्यादा गहरे मन के पास इसके सिवा कोई विकल्प नहीं होता कि वह इन भावनाओं को इसके ख़ुद के तरीक़े से प्रक्षेपित करे।

आख़िरकार, एक रात मनन के दौरान मैंने ख़ुद से कहा, 'मैं भूत-प्रेतों में इस व्यक्ति के विश्वास से बुरी तरह तंग आ गया हूँ। वह ख़ुद से बात कर रहा है और मैं यह बात जानता हूँ। केवल एक ही आत्मा (ईश्वर) है, अनंत है, सर्वबुद्धि मान है और सर्वज्ञाता है, केवल एक ही दिव्य मन है। यह आदमी अब उसके बारे में जागरूक है, जिसके बारे में मैं जागरूक हूँ। वह इसी समय अपने हृदय में ईश्वर का प्रेम महसूस करता है।'

अगले दिन जब वह मुझसे मिलने आया, तो बोला, कल रात मेरे साथ एक अजीब चीज़ हुई। ईसा मसीह मेरे पास आकर बोले, "ये बुरी आत्माएँ सच्ची नहीं हैं; वे तुम्हारे ख़ुद के मन में हैं और अब तुम आज़ाद हो।" इस आदमी का पूरी तरह उपचार हो गया।

हमारे कई परामर्शों के दौरान मुझे आख़िरकार ख़ुद को अवचेतन विश्वास के बिंदु पर लाना पड़ा, जिसने उसके विश्वास को मेरे मन से मिटा दिया। यह केवल मानसिक विकृति वाला इंसान ही नहीं था, जिसे उसके झूठे विश्वासों को साफ़ करना था; मेरी भी सफ़ाई और उपचार होना था। मैं यक़ीन करता हूँ कि यह सभी प्रार्थना-चिकित्सा में सच है, चाहे परामर्शदाता इसके बारे में जागरूक हो या न हो।

जब मैं बुरे भूत-प्रेतों पर उसके मूर्खतापूर्ण विश्वास को लेकर अपने मन में स्पष्ट निर्णय और विश्वास पर पहुँचा, तो मेरा विश्वास तुरंत उसकी ओर संप्रेषित हो गया। चूँकि केवल एक ही मस्तिष्क है, इसलिए पूर्णता और शांति उसके मन में पुनर्जीवित हो गईं।

उसके अतीन्द्रिय अनुभव ने छिपी दौलत उजागर की

एक युवा सेक्रेटरी हर रविवार की सुबह विलशायर एबेल थिएटर में मेरे प्रवचनों में आती है। उसने कुछ दिन पहले मुझे बताया कि एक सप्ताह के क़रीब हर रात को उसे एक स्पष्ट सपना आया, जिसमें वह फावड़े से अपने घर के पीछे वाले आँगन में ज़मीन की खुदाई कर रही थी। उसने कहा कि हर सपने के बाद वह काफ़ी ख़ुश महसूस करती थी। वह जानना चाहती थी कि मैं इस बारे में क्या सोचता हूँ।

मैंने उसे बताया कि सपना हमेशा बहुत व्यक्तिगत होता है और संभवतः इसका यह मतलब हो सकता है कि उसे अपने अंदर से किसी छिपे हुए ख़ज़ाने यानी योग्यता को खोदना चाहिए। यदि इससे उसके दिल में घंटी न बजे, तो उसे अपने भाई या पिता से पीछे के आँगन की खुदाई करने को कहना चाहिए। उसने अपने पिता से यह करने को कहा और वे थोड़ी अनिच्छा से यह करने को तैयार हो गए। उन्हें बहुत आश्चर्य हुआ, जब पिता ने मिट्टी का एक पुराना मटका खोद निकाला, जिसमें 1898 तक पुराने सोने के सिक्के भरे हुए थे।

इन सिक्कों का मूल्य हज़ारों डॉलर था और इससे वह कॉलेज की शिक्षा पूरी करने में सफल हुई। उसने एक रॉल्स रॉयस कार भी ख़रीद ली, जो वह हमेशा से चाहती थी। फिर भी इतना बच गया कि पूरे परिवार की आवश्यकताएँ पूरी हो जाएँ। यह युवा महिला समृद्धि और कॉलेज की शिक्षा पूरी करने के रास्ते के लिए प्रार्थना कर रही थी। उसने अपनी इच्छाएँ अपने सपनों में पूरी होते देखीं।

टेलीसाइकिक्स ने उसकी कुंठा दूर कर दी

दो बेटों वाली एक विधवा प्रार्थना कर रही थी कि वह किसी ऐसे भावी जीवनसाथी को आकर्षित करे, जो उसके तथा बेटों के सही सामंजस्य में हो और उनके लिए अद्‌भुत पिता साबित हो। उसे अक्सर सपने आते थे। लगभग हर सपने में वह बस चूक जाती थी और हर दिन देर से ऑफ़िस पहुँचती थी, जबकि हक़ीक़त में वह हमेशा समय पर ही पहुँचती थी। मैंने उससे पूछा कि क्या उसके ऑफ़िस में कोई था, जो भावी पति के रूप में उसकी निगाह में था। उसने जवाब दिया कि असिस्टेंट वाइस प्रेसिडेंट उसे एक शो और डिनर में कई बार ले जाने के लिए पूछ चुके थे, लेकिन उसने इन्कार कर दिया था, क्योंकि उसने सोचा कि यह अच्छी नीति नहीं है और उसकी कंपनी के अफ़सर इस बात को पसंद नहीं करेंगे।

मैंने उसे बताया कि मुझे महसूस हो रहा था कि उसकी प्रार्थना का जवाब मिल गया था, लेकिन वह बेशक विवाह के एक अद्‌भुत अवसर से मुँह मोड़ रही थी। उसका अवचेतन मन उसे प्रतीकात्मक रूप से अवसर का लाभ लेने को कह रहा था। यही नहीं, बस सेक्स का

प्रतीक है, जो विवाह का हिस्सा है। वह अगले दिन बहुत उत्साह से ऑफ़िस गई और असिस्टेंट वाइस प्रेसिडेंट को बताया कि वह कुछ दिन पुराने उनके आमंत्रण को स्वीकार करके ख़ुश होगी, क्योंकि अब परिस्थितियाँ बदल गई हैं। कुछ ही सप्ताह में उनका सुखद विवाह हो गया और वह सचमुच उसके तथा लड़कों के लिए सही व्यक्ति साबित हुआ।

दरअसल, यह विधवा अपनी प्रार्थना के जवाब को ठुकरा रही थी, इसलिए उसके अवचेतन के पास सपने में उससे बोलने के अलावा कोई विकल्प ही नहीं था।

आकर्षण के नियम को अपने लिए काम करने दें

आपके विचारों के अपने नाते होते हैं। जैसा रोम के महान सम्राट और दार्शनिक मार्कस ऑरेलियस ने कहा था, 'हमारा जीवन वही है, जो हमारे विचार इसे बनाते हैं।' आपका प्रबल विचार आपके सभी विचारों के नीचे निहित रहता है और उन्हें इस तरह से रंग देता है, जैसे थोड़ा सा नील पाँच गैलन पानी को अपने रंग में रंग देता है। अमेरिकी मनोविज्ञान के जनक विलियम जेम्स ने कहा था, 'मेरी पीढ़ी की सबसे महान खोज यह है कि इंसान अपना मानसिक नज़रिया बदलकर अपना जीवन बदल सकते हैं।'

आज एक सुंदर युवती से बात करते समय, जो गुणी, आकर्षक, उत्साही और बहुत शिक्षित है, मैंने पाया कि वह दरअसल अपने ग़लत विनाशकारी, नफ़रत भरे विचार तंत्रों से अपनी ज़िंदगी बर्बाद कर रही थी। उसने अपने पिता की निंदा शुरू कर दी, जो मर चुके थे। इसके अलावा, उसके दिल में अपनी माँ के प्रति भी नफ़रत भरी थी। अपनी तानाकशी और कड़वी ज़बान के कारण वह एक साल में तीन नौकरियाँ गँवा चुकी थी। वह ख़ुद को भावनात्मक रूप से विष दे रही थी और उसका शरीर भी विचलित था, जिस वजह से उसे गर्भाशय निकलवाने और अल्सर का ऑपरेशन कराने की ज़रूरत पड़ी थी।

मैंने इस युवती को समझाया कि पूरा संसार उसके सामने था। वह आज से ही ख़ुद के सामने यह साबित करना शुरू कर सकती है कि उसका पूरा संसार, यानी उसका शरीर, स्थितियाँ, परिस्थितियाँ, सामाजिक और आर्थिक जीवन उसकी आदतन सोच की छवि में जादुई रूप से ढल जाएगा।

वह अपने विचारों को बदलने और बदले रखने के लिए सहमत हो गई। जब भी उसके मन में कोई नकारात्मक विचार आता था, तो वह उसकी जगह पर प्रेम और सद्भाव का विचार रख लेती थी। वह समझ गई थी कि नियमित और सुनियोजित रूप से नकारात्मक विचारों को हटाकर वह उस विनाशकारी सोच को तोड़ने में कामयाब हो जाएगी, जो उसकी ज़िंदगी को तबाह कर रही थी।

एक प्रभावी दावा

मैंने उसे नीचे दिए दावे का बार-बार इस्तेमाल करने को कहा, यह जानते हुए कि जब वह इन सत्यों को दोहराएगी और दावे की हक़ीक़त को महसूस करेगी, तो ये सत्य उसके अवचेतन में धँस जाएँगे और चूँकि अवचेतन का नियम बाध्यकारी है, इसलिए वह सुख-शांति के मार्ग का अनुसरण करने के लिए मजबूर हो जाएगी। मुझे यक़ीन था कि इस बिंदु से उसकी यात्रा आगे की ओर, ऊपर की ओर और ईश्वर की ओर होगी :

> ईश्वर के उपहार अब मेरे हैं। मैं ईश्वर की उपस्थिति में जीती हूँ, जिससे सारे वरदान प्रवाहित होते हैं। मैं ईश्वर को महिमामंडित करने के लिए इस दिन के हर पल का इस्तेमाल करती हूँ। ईश्वर का सद्भाव, शांति और समृद्धि अब मेरी है। मुझसे प्रवाहित होने वाला दिव्य प्रेम मेरे परिवेश के सभी लोगों को वरदान देता है। ईश्वर का प्रेम यहाँ उपस्थित सभी लोगों द्वारा महसूस किया जाता है और उसका प्रेम अब उनका उपचार कर रहा है।
>
> मुझे अब कुछ भी बुरा होने का डर नहीं है, क्योंकि ईश्वर मेरे साथ है। मैं हमेशा ईश्वर के प्रेम और शक्ति के पवित्र दायरे से घिरी हुई हूँ। मैं दावा करती हूँ, महसूस करती हूँ, जानती हूँ और यक़ीन करती हूँ, निश्चित रूप से और सकारात्मक रूप से कि ईश्वर के प्रेम और अनंत देखभाल का जादू मेरा मार्गदर्शन करता है, मेरा उपचार करता है और मेरी तथा मेरे परिवार के सभी सदस्यों की रक्षा करता है।
>
> मैं हर एक को क्षमा करती हूँ और मैं सचमुच हर जगह सभी लोगों के प्रति ईश्वर के प्रेम, शांति और सद्भाव को प्रसारित करती हूँ। मेरे अस्तित्व के केंद्र में शांति है; यह ईश्वर की शांति है। इस शांति में मैं उसकी शक्ति, मार्गदर्शन और उसकी पवित्र उपस्थिति के प्रेम को महसूस करती हूँ। मुझे सभी मायनों में दिव्य मार्गदर्शन मिल रहा है। मैं ईश्वर के प्रेम, प्रकाश, सत्य और सौंदर्य की स्पष्ट माध्यम हूँ। मैं महसूस करती हूँ कि उसकी शांति की नदी इस समय मुझमें प्रवाहित हो रही है। मैं जानती हूँ कि मेरी सारी समस्याएँ ईश्वर के मन में घुल जाती हैं। ईश्वर के तरीक़े अब मेरे तरीक़े हैं। जो शब्द मैंने बोले हैं, वे उसे हासिल करते हैं, जहाँ वे भेजे जाते हैं। मैं आनंदित हूँ और धन्यवाद देती हूँ, मुझे यह अहसास हो रहा है कि मेरी प्रार्थना का जवाब मिल गया है। आमीन।

टेलीसाइकिक के मूर्त रूप असल लोगों जितने वास्तविक हैं

टेलीसाइकिक्स पर बात करते समय, जिसका ताल्लुक़ आपके अवचेतन मन की चमत्कारी शक्तियों से है, मुझसे अक्सर बहुत से लोग पूछते हैं कि मैं सिएन्स या आध्यात्मिक संवाद में

मूर्त प्रकटीकरणों के बारे में क्या सोचता हूँ। सबसे पहले तो मैं मानता हूँ कि किसी माध्यम का तथाकथित नियंत्रण अवचेतन मन में बस एक प्रबल विचार है। हमें इस सच्चाई को स्वीकार कर लेना चाहिए कि अतीन्द्रिय संसार का अस्तित्व है। आपके अवचेतन में अतीन्द्रिय दर्शन, अतीन्द्रिय श्रवण और अतीन्द्रिय ज्ञान की शक्तियाँ हैं, जो हम सभी के मन में मौजूद शक्तियाँ हैं।

कुछ साल पहले कैक्सटन हॉल, लंदन के डॉ. ईवलिन फ्लीट और उनके एक रिटायर्ड कर्नल मित्र मुझे लंदन में एक माध्यम के आध्यात्मिक सिएन्स में ले गए, जहाँ हमने आठ मूर्त प्रकटीकरण देखे, जो हमारे ख़ुद के शरीर जितने ही ठोस थे। उनका कर्नल मित्र सेना का रिटायर्ड डॉक्टर है। उसने इन स्वरूपों की जाँच की और उनकी नाड़ी व रक्तचाप देखा, उनके दाँतों की जाँच की और उनके बालों के टुकड़े भी काटे।

हर स्वरूप का वज़न भी हम तीनों में से किसी न किसी के लगभग समान था। उनसे बातचीत करने के बाद डॉ. फ्लीट का सोचना था कि जिस महिला से वे बात कर रही थीं, वह उनकी माँ हो सकती हैं, लेकिन उन्हें पक्का नहीं पता था। हमें उनसे काफ़ी समझदारी भरे जवाब मिले और उनमें से एक कर्नल की बहन से मिलती-जुलती थी, जो कुछ साल पहले गुज़र गई थीं।

यह सब पूरी रोशनी में हुआ था। माध्यम मूर्च्छा की मुद्रा में थी। सभी पुरुषों ने सूट पहने थे और महिलाएँ पोशाक में थीं। कोई धोखा या चालबाज़ी नहीं थी। ये मूर्त स्वरूप भ्रम नहीं थे। भ्रम को मांस और रक्त, बाल, पोशाक, आवाज़ों और नाड़ी के साथ प्रदर्शित नहीं किया जा सकता। भ्रम एक ऐसी चीज़ है, जो एक झूठा आभास उत्पन्न करके धोखा देता है: धोखा खाने की अवस्था या स्थिति। सभी मूर्त स्वरूप स्पष्ट रूप से वास्तविक थे, लेकिन मुझे यक़ीन नहीं है कि उनमें से एक महिला डॉ. फ़्लीट की माँ थी और दूसरी कर्नल की बहन थी।

वे सभी संसार या माध्यम के आंतरिक प्रकटीकरण या प्रक्षेपण जितने ही वास्तविक थे, जो मौजूद लोगों के अवचेतन में रिश्तेदारों के विचार चित्रों को प्रक्षेपित करने में सक्षम है, इस तरह उन्हें मांस और रक्त और बोलने, कार्य करने और सवालों के उचित जवाब देने की क्षमता प्रदान करता है। मुझे यक़ीन है कि सारे मूर्त स्वरूप माध्यम के अवचेतन के नाटकीयकरण थे।

डॉ. फ्लीट के मित्र ने उस महिला के सिर से बाल काटे थे, जिसके बारे में वे सोच रही थीं कि वे उनकी माँ हो सकती थीं। इसकी जाँच कराने पर रसायन प्रयोगशाला ने कहा कि इसका विश्लेषण नहीं किया जा सकता; यह 'अज्ञात मूल' का है। कुछ दिनों बाद प्रयोगशाला ने बताया कि बाल घुल गया था और उसके कोई अवशेष नहीं बचे थे!

डॉ. फ्लीट मुझसे सहमत थीं कि यह सोचना काफ़ी नादानी होगी कि आप सिएन्स में जाकर अगले आयाम में पहुँच चुके मित्रों या प्रियजनों से मिल सकते हैं या वे आपके आग्रह

पर कुछ ही मिनट में प्रकट हो जाएँगे। आपके सभी प्रियजन चौथे आयाम के शरीर में कार्य कर रहे हैं, जो हमारे पिता के भवन के कई महलों में से एक है। वे आगे और ऊपर की ओर बढ़ रहे हैं, एक महिमा से दूसरी महिमा की ओर जा रहे हैं, एक ऐसी यात्रा पर, जिसका कोई अंत नहीं है।

स्मरणीय बिंदु...

1. यह सोचना अंधविश्वास है कि आपको किसी दूसरे व्यक्ति के लिए प्रार्थना नहीं करनी चाहिए, जो शराबी है या जिसे कैंसर या दूसरी कोई बीमारी है। यदि किसी के साथ दुर्घटना हो गई है, तो क्या आप एम्बुलैंस नहीं बुलाएँगे या अपनी क्षमता के हिसाब से सर्वश्रेष्ठ मदद नहीं करेंगे? प्रार्थना चिकित्सा दबाव नहीं है। प्रार्थना चिकित्सा तो यह दावा कर रही है कि जो ईश्वर के बारे में सच है, वह सामने वाले व्यक्ति के बारे में भी सच है। दैवी प्रकृति हर व्यक्ति के भीतर है। यह दैवी इच्छा है कि यह सभी स्त्री-पुरुषों में अभिव्यक्त हो।

2. किसी बीमार व्यक्ति के लिए प्रार्थना करते वक़्त लक्षणों, दर्दों या कष्टों पर केंद्रित न रहें। शांति से दावा करें कि उपचारक उपस्थिति की प्रेरक, उपचारक, शक्तिदायक शक्ति आपके प्रिय व्यक्ति में प्रवाहित हो रही है और उसे स्वस्थ कर रही है।

3. जो भूत इंसान को सताते हैं और बहुत सारे जुनूनों का कारण होते हैं, वे हैं नफ़रत, ईर्ष्या, डाह, द्वेष, अपराधबोध और आत्म-निंदा। जब ये मानसिक अपराधी हमारे मन पर क़ब्ज़ा कर लेते हैं, तो हम अपनी सारी तार्किक शक्ति खो देते हैं और अपनी ख़ुद की दुष्ट व विनाशकारी सोच के शिकार बन जाते हैं। जब कोई इंसान ऐसी आवाज़ें सुनता है, जो उसे बुरे काम करने को कहती हैं, तो उसका ख़ुद का अवचेतन उससे बात कर रहा है। दूसरे शब्दों में, वह ख़ुद से बात कर रहा है। धीरे-धीरे एक आदमी यह समझ गया कि उसी का अवचेतन मन उसकी विनाशकारी सोच पर प्रतिक्रिया कर रहा था। जब मैंने इस सारी बकवास को अपने दिमाग़ से साफ़ करते हुए कहा कि एक ही आत्मा है और एक ही शक्ति है और साथ ही यह दावा किया कि यह आदमी अब उसके बारे में जागरूक है, जिसके बारे में मैं जागरूक हूँ, तो उसका उपचार हो गया।

4. कई बार आपके सपने आपकी सबसे जटिल समस्याओं के जवाब प्रकट कर देते हैं। एक युवा महिला को बार-बार एक सपना आया, जिसमें वह अपने पीछे के आँगन की खुदाई कर रही थी। वह समृद्धि के लिए प्रार्थना कर रही थी। मेरे सुझाव पर उसने अपने पिता से बगीचे की खुदाई कराई, जहाँ उन्हें सोने के पुराने सिक्कों से भरा एक हंडा मिला, जिससे वे काफ़ी अमीर बन गए।

5. पुनर्विवाह की इच्छा रखने वाली एक विधवा ने बताया कि उसे अक्सर एक स्पष्ट स्वप्न दिखता था, जिसमें वह हमेशा बस चूक जाती थी और देर से ऑफ़िस पहुँचती थी; जबकि हक़ीक़त में वह हमेशा समय पर पहुँचती थी। उसे अहसास हुआ कि वह अपने ऑफ़िस के मैनेजर के आमंत्रण को ठुकराकर विवाह करने का अवसर चूक रही थी। उसने इस आमंत्रण को स्वीकार कर लिया और बाद में उनका विवाह हो गया, जो उसकी प्रार्थना का आदर्श जवाब था।

6. मार्कस ऑरेलियस ने कहा था, 'हमारा जीवन वही है, जो हमारे विचार इसे बनाते हैं।' एमर्सन ने कहा था, 'इंसान वही होता है, जो वह दिन भर सोचता है।' आपका प्रबल विचार आपके बाक़ी सारे विचारों के नीचे होता है और उनमें रंग भरता है। एक युवा महिला अपने माता-पिता तथा अन्य लोगों के प्रति नफ़रत, प्रतिशोध के विचार रखकर अपनी ज़िंदगी तबाह कर रही थी। इस वजह से उसे दो गंभीर ऑपरेशन कराने पड़े। उसने अपनी सोच को उलट लिया और सारे नकारात्मक विचारों को तुरंत ईश्वर-सदृश, प्रेमपूर्ण विचारों के साथ विस्थापित करने का निर्णय लिया। जब उसने इसकी आदत डाल ली, तो उसका पूरा संसार जादुई ढंग से इस चित्र में पिघल गया और इसने उसके चिंतन के अनुरूप परिस्थितियाँ उत्पन्न कर दीं। उसने जिस पर विचार किया, वही बन गई।

7. कई लोग मुझसे सिएन्स में मूर्त स्वरूपों के बारे में पूछते हैं, जिनमें लोग प्रकट होते हैं, बोलते हैं, इधर-उधर घूमते हैं और आपके साथ बातचीत करते हैं। घटना वास्तविक है, लेकिन वे केवल वास्तविक दिखते हैं। वे आपके परिजन नहीं हैं, क्योंकि वे जीवन के अगले आयाम में कार्य कर रहे हैं, आगे की ओर, ऊपर की ओर और ईश्वर की ओर बढ़ रहे हैं। वे आपसे केवल फ़्रीक्वेन्सी भर से अलग हैं। जब आप इनमें से किसी मूर्त स्वरूप के बाल काटते हैं, तो उनकी प्रयोगशाला में जाँच नहीं की जा सकती, क्योंकि वे एक अज्ञात तत्व से बने हैं। माध्यम मूर्च्छा की अवस्था में आपके परिजनों के चित्रों का दोहन कर सकती है, जिससे यह प्रक्षेपण करके स्त्री-पुरुषों के रूप उत्पन्न कर सकती है, जिनकी नाड़ी की गति सामान्य होती है और जीवन के अन्य लक्षण भी होते हैं।

20

टेलीसाइकिक्स आपके मन की शक्तियों को कैसे बेहतर करती है

आपका अवचेतन मन आपके शरीर का निर्माता और पुनर्निर्माता है, जिसका सारे तथाकथित स्वचालित कार्यों पर नियंत्रण होता है। यह श्वसन, पाचन, समावेश, संचार, उत्सर्जन और अन्य सभी स्वचालित गतिविधियों को शासित करता है। अवचेतन एक अद्‍भुत रसायनशास्त्री भी है। आप जो भोजन खाते हैं, यह उसे ऊतक, मांसपेशी, अस्थि, रक्त और बालों में बदल देता है, ताकि नवीन कोशिकीय तंत्रों का लगातार निर्माण होता रहे।

आपका अवचेतन स्मृति का भंडार भी है। आपका चेतन मन जिसे भी सच मानता है और सच के रूप में स्वीकार करता है, आपका अवचेतन उसे घटित करा देगा। चूँकि आपका अधिक गहरा मन सुझाव का पालन करता है, इसलिए यह आदत का स्थान भी है।

सम्मोहन के प्रयोगों में आपका अवचेतन दिए गए सारे सुझावों को स्वीकार करता है और केवल निगमनात्मक तरीक़े से तर्क करता है। इसके निष्कर्ष हमेशा आधार वाक्यों के सामंजस्य में होते हैं, इसलिए सारे सुझाव जीवनदायी और सृजनात्मक होने चाहिए।

आपके अवचेतन की भाषा प्रतीकात्मक होती है। यह आपके सपनों में इंगित होती है, जो अक्सर आपकी अपूर्ण या दमित इच्छाओं का नाटकीयकरण कर देते हैं। आपका अवचेतन एक अद्‍भुत बहुरूपिया है; इसे स्पष्टता से जो भी सुझाव दिया जाता है, यह उसका रूप बना लेता है। सारे अतीन्द्रिय अनुभवों का स्थान होने के नाते, यह काल और स्थान से स्वतंत्र अंतर्बोध से अनुभूति देता है। आपको यह भी याद रखना चाहिए कि आपके अवचेतन के भीतर अति चेतन मन (जिसे एमर्सन ने ग्रेट ओवरसोल कहा था) या ईश्वर या परम प्रज्ञा की उपस्थिति भी है। दूसरे शब्दों में मैं हूँ या जीवित आत्मा सर्वशक्तिमान आपके भीतर है, जो सब कुछ जानती है और सब कुछ देखती है। आपके अवचेतन में असीम बुद्धिमत्ता, असीम प्रेम और असीम तत्व के सारे गुण व लक्षण हैं, जिसे ईश्वर कहा जाता है।

आपका चेतन मन पाँच इंद्रियों के माध्यम से बाहरी संसार को पहचानता और समझता है: यह अनुगम, निगमन, विश्लेषण और सादृश्य के ज़रिये तर्क करता है। आप अपने चेतन मन से चुनाव करते हैं, योजना बनाते हैं और प्रारंभ करते हैं, जो इच्छाशक्ति के

स्थान के रूप में कार्य करता है। आपकी इच्छाशक्ति इच्छा, निर्णय और संकल्प से बनती है।

आप अपने चेतन मन से एकाग्र होते हैं। अपने एकाग्र ध्यान के ज़रिये आप अपने अवचेतन मन पर छाप छोड़ते हैं। चूँकि आप अपने चेतन मन से कल्पना करते और मानसिक चित्र बनाते हैं, इसलिए आप जो बनना चाहते हैं, करना चाहते हैं और पाना चाहते हैं, उसका स्पष्ट मानसिक चित्र बनाकर आप अपने अवचेतन को ज़्यादा प्रभावी ढंग से सराबोर करते हैं। आपका चेतन मन सृजनात्मक सोच, बोलने और कल्पना में चेतन नियंत्रण की शक्ति के ज़रिये सफलता और समृद्धि को आदेशित कर सकता है। आप समृद्धि और सफलता के विचार से अपने अवचेतन को संतृप्त कर सकते हैं।

मानसिक शक्तियों के उद्दीपकों के रूप में आपातकालीन स्थितियाँ

आपातकालीन स्थितियों के दौरान आपका चेतन मन आपके अवचेतन के प्रति बेहद ग्रहणशील हो जाता है, जिस समय आपके अवचेतन की बुद्धिमत्ता और प्रज्ञा कमान सँभाल लेती हैं। अतीन्द्रिय संसार में आपका चेतन मन अवचेतन के प्रति एक ग्रहणशील भूमिका निभाता है। आपका चेतन मन आपके ज़्यादा गहरे मन की बुद्धिमत्ता और प्रज्ञा का आह्वान करके, जो सब कुछ जानता और देखता है, प्रकाशित और प्रेरित हो सकता है।

टेलीसाइकिक्स और मूर्च्छा की अवस्था

मैं स्वर्गीय जेरेल्डाइन कमिन्स से लंदन, इंग्लैंड और कॉर्क, आयरलैंड में उनके घरों में कई बार मिला था। (वे अनसीन एडवेंचर्स, द स्क्रिप्ट्स ऑफ़ क्लियोफ़ास और कई अन्य पुस्तकों की लेखिका हैं।) इंग्लैंड के कुछ अग्रणी वैज्ञानिकों ने उनकी जाँच की है, जिन सभी ने उनकी उल्लेखनीय अतीन्द्रिय शक्तियों को प्रमाणित किया है।

मेरी उनके साथ कई बैठकें हुईं, क्योंकि अतीन्द्रिय अनुभूति और सभी तरह के अतीन्द्रिय संसारों में मेरी हमेशा से रुचि थी। मिस कमिन्स बहुत शांत होकर एक निष्क्रिय, ग्रहणशील, अतीन्द्रिय अवस्था में दाख़िल हो जाती थीं। उनका अवचेतन मन पूरी तरह से डूब जाता था। अचानक वे दावा करती थीं कि उनके नियंत्रक 'एस्टर' ने कमान सँभाल ली है और फिर वे स्वचालित ढंग से असाधारण जानकारी का पन्ना दर पन्ना लिखने लगती थीं।

एक उदाहरण में उन्होंने बताया कि मेरी गुज़र चुकी बहन मैरी एग्नेस संवाद कर रही थीं। पन्ने पढ़ने पर मैंने पाया कि कई पैराग्राफ़ गैलिक में थे, कुछ फ़्रांसीसी में थे और कुछ लैटिन में थे - ऐसी भाषाएँ जो जेरेल्डाइन नहीं बोलती थीं। लिखने में मेरी बहन ने छह प्रसंग बताए, जिनके द्वारा मैं उसे पहचान सकता था, जो सभी बेहद सटीक थे। उसने हमारे बचपन

के बारे में अंतरंग विवरण बताए तथा कई भविष्यवाणी के कथन भी कहे, जो सभी बाद में वाक़ई सच हुए।

इस प्रसंग में मैं सोचता हूँ कि जेरेल्डाइन बस लेखक मात्र थीं और उन घटनाओं के बारे में लिख रही थीं, जिनके बारे में वे दरअसल कुछ नहीं जानती थीं। जब जेरेल्डाइन ने लिखना पूरा किया, तो उन्हें ज़रा भी पता नहीं था कि उन्होंने क्या लिखा था। इस प्रकरण में प्रमाण ज़बर्दस्त थे। मुझे यक़ीन है कि अगले आयाम में पहुँच चुकी मेरी बहन ही सचमुच संवाद कर रही थी।

सामान्य अतीन्द्रिय शक्ति

कई अतीन्द्रिय व्यक्ति हैं, जो मानसिकता की आदर्श रूप से चेतन अवस्था में रहने पर आपके मन के विवरणों का दोहन कर सकते हैं। क्षमता हर एक में होती है, लेकिन कुछ लोगों ने इसे दूसरों से ज़्यादा हद तक विकसित कर लिया है।

असामान्य अतीन्द्रिय शक्तियाँ

जेरेल्डाइन कमिन्स ने मुझे दक्षिण आयरलैंड में अपनी एक मित्र द्वारा आयोजित सिएन्स में आमंत्रित किया। यह ख़ास आइरिश माध्यम पूरी मूर्च्छा में दाख़िल हुई और दावा किया कि उसे मिस्त्र के एक पुजारी द्वारा नियंत्रित किया जा रहा है। इस अवस्था में उसने अद्भुत छिपी हुई शक्तियों का दोहन किया। हम छह लोग एक टेबल के आस-पास बैठे थे और माध्यम के अवचेतन मन ने इसे आसानी से ऊपर उठा दिया।

उपस्थित एक प्रोफ़ेसर को विश्वास हो गया था कि उनकी माँ ने उनसे बात की थी। उन्होंने दावा किया कि यह उनकी आवाज़ थी और उनके हाव-भाव थे और वे हमेशा उन्हें उनके प्रिय नाम से बुलाया करती थीं और ग्रीक में उनसे बात करती थीं, जो उनकी माँ की पैतृक भाषा थी, एक ऐसी भाषा जिसे मूर्च्छित माध्यम नहीं समझती थी।

कई मूर्त स्वरूप प्रकट हुए, जिनमें से कई ने बात की। सभी पोशाक पहने थे और उनकी सभी मानवीय इंद्रियाँ कार्य कर रही थीं। एक उपस्थित महिला ने एक युवा मूर्त लड़की से बात की, जिसने उनकी बेटी होने का दावा किया। ये मूर्त स्वरूप पाँच-छह मिनट के लगभग क़ायम रहे और फिर ओझल हो गए। यह सब दोपहर में घटित हुआ - धीमी रोशनी में नहीं, बल्कि सभी उपस्थित लोगों की पूरी नज़रों के सामने। इस बात की पूरी संभावना है कि ये रूप माध्यम के अवचेतन प्रक्षेपण थे।

वह कैसे वस्तुओं से व्यक्ति को पढ़ती है

हाल में लास वेगस के डॉ. डेविड होव ने मेरा परिचय एक साइकोमीट्रिस्ट से कराया, जिसमें चीज़ों के वस्तुपरक पहलू को पढ़ने की असाधारण योग्यता है। किसी व्यक्ति की अँगूठी या उसके लिखे पत्र को छूकर वह उस व्यक्ति का पूरा विवरण बता सकती है: उसकी विशेषताएँ, प्रवृत्तियाँ, काम का प्रकार, उम्र, पृष्ठभूमि और उसका भविष्य भी। जब वह उस व्यक्ति की पहनी अँगूठी को छूती है, तो उसे एक निश्चित कंपन महसूस होता है और वह उस व्यक्ति के मानसिक परिवेश में दाख़िल हो जाती है। इसका कारण यह है कि व्यक्तिपरक मन सारी चीज़ों को आवेशित और व्याप्त करता है। आदमी की अँगूठी उसके मानसिक परिवेश से सराबोर होती है, जिससे माध्यम उसके सबसे अंदरूनी विचारों, विश्वासों और भावनाओं में दाख़िल हो जाती है।

टेलीसाइकिक्स और आंतरिक आवाज़ें

पिछले साल समुद्र पर एक सेमिनार के दौरान, मैंने जहाज़ के एक अफ़सर के साथ डिनर लिया। उसने बताया कि समय-समय पर, ख़ास तौर पर जब जहाज़ के साथ कोई गड़बड़ होती है, उसे आंतरिक आवाज़ें सुनाई देती हैं, जो उसे सटीकता से बता देती हैं कि समस्या क्या है और यह भी कि उसे कैसे हल करना है। उसे अहसास हुआ कि उसमें एक उल्लेखनीय योग्यता थी, जो बाक़ी किसी के पास नहीं थी। उसके अनुसार, ज़्यादातर समय यह उसे चेतावनी देने आती थी।

एक बार इटली के किनारे से जहाज़ चलने पर जब वह अपने केबिन में था, तो आंतरिक आवाज़ ने उसे बताया कि दल का एक सदस्य (उसने उसका नाम बताया) उसे गोली मारने आ रहा है। दल का वह सदस्य उन्मत्त हो रहा था। अफ़सर ने कहा, 'मैंने अपने दरवाज़े पर ताला लगाया, कप्तान को फ़ोन किया और उस सदस्य को तालाबंद करवा दिया और जब हम बंदरगाह पहुँचे, तो उसे पागलख़ाने में भर्ती कर दिया गया।' आंतरिक आवाज़ 100 प्रतिशत सही थी, क्योंकि इस आदमी के पास पिस्तौल मिली। बाद में उसने स्वीकार किया कि वह वहाँ पर जहाज़ के अफ़सर को गोली मारने गया था।

ये चेतावनियाँ रात के सपनों में भी आ सकती हैं।

कप्तान की आंतरिक आवाज़ सही थी, क्योंकि उसने अपने अवचेतन को निर्देश देने की आदत डाल ली थी कि आवाज़ सभी तरीक़ों से उसकी रक्षा करने, उपचार करने और दुआ देने के लिए है, यानी यह उसके उच्चतर स्वरूप की आवाज़ है। उसने लगातार दोहराया कि सारी चेतावनियाँ, प्रेरणाएँ और आंतरिक निर्देश उसके अवचेतन मन के भीतर की

ईश्वरीय उपस्थिति से आते हैं।

सिएन्स (बैठक) कक्षों में आवाज़ों के साथ बातचीत करना

लंदन, जोहान्सबर्ग, केप टाउन और न्यू यॉर्क सिटी में मैंने कई सिएन्स (बैठकों) में भाग लिया है। वहाँ पर जब माध्यम मूर्च्छा की मुद्रा में होती है, तो देहमुक्त अस्तित्व या आत्माओं की आवाज़ें हवा में भरी नज़र आती हैं। मैंने इनमें से कुछ आवाज़ों से लंबी बातचीत की है और मुझे असाधारण रूप से बुद्धिमत्तापूर्ण जवाब मिले हैं। मैंने सिएन्स में उपस्थित दूसरे लोगों - जिनमें से कुछ भौतिकशास्त्री, चिकित्सक और कॉलेज के प्रोफ़ेसर थे - को खुलकर कहते सुना कि वे निश्चित रूप से पूर्व सहकर्मियों या प्रियजनों से बातचीत कर रहे थे। यह सब चौथे आयाम में पहुँच चुके लोगों की पेशेवर पृष्ठभूमि, आवाज़ के अंदाज़, विशेषताओं, व्यवहार, विचित्रताओं और अजीबोग़रीब हरकतों के आधार पर कहा गया था।

कई लोग ख़ुद को मेरा रिश्तेदार घोषित कर रहे थे, लेकिन कई बार मैं पूरी तरह संतुष्ट नहीं हो पाया कि वे आवाज़ें माध्यम के व्यक्तिपरक मन की वजह से हैं या वे सचमुच जीवन के अगले आयाम में पहुँच चुके प्रियजनों की आवाज़ें थीं।

बहरहाल, यह काफ़ी रोचक, मनमोहक और ज़बर्दस्त अनुभव था। एक ख़ास उदाहरण में मुझे अपने पिता की आवाज़ सुनाई दी, जो चार भाषाओं में बोले - प्राचीन गैलिक, अँग्रेज़ी, फ़्रांसीसी और लैटिन। उनकी आवाज़ स्वाभाविक थी, जैसे कि वे कमरे में ख़ुद हों। उन्होंने मुझसे कहा, 'जो मैं जो बता रहा हूँ, उससे तुम जान जाओगे कि मैं तुम्हारा पिता बोल रहा हूँ। जब तुम पाँच साल के थे, तब मैंने तुम्हें यह प्रार्थना सिखाई थी।' फिर उन्होंने ईश्वर की प्रार्थना गैलिक, फ़्रांसीसी और लैटिन में दोहराई। उन्होंने सभी उपस्थित लोगों से परिचय कराने को कहा, क्योंकि वे उनमें से किसी को भी नहीं पहचानते थे। उन्होंने मेरे शुरुआती जीवन की कई घटनाएँ बताईं, जिन्हें मैं भूल गया था; बाद में मेरी बहन ने इन घटनाओं की पुष्टि की, जो इस धरातल पर अब भी जीवित है।

कोई इंसान कह सकता है कि माध्यम मेरे अवचेतन का दोहन कर रहा था और मेरे पिता का रूप धारण तथा उनकी आवाज़ की नक़ल करने में सक्षम था, लेकिन इस मामले में यह दूर की कौड़ी है। आप किसी व्यक्ति को सम्मोहित कर सकते हैं - उसे बता सकते हैं कि वह अब आपका भाई है। लेकिन चूँकि वह आपके भाई से कभी नहीं मिला, इसलिए वह उसकी आवाज, व्यवहार और हाव-भाव की नक़ल नहीं कर सकता, न ही वह उसके व्यक्तित्व का नाटक कर सकता है।

उसने अपनी माँ को गुज़रने से पहले देखा

रविवार को मेरे प्रवचनों में आने वाली एक युवा स्कूल शिक्षिका ने मुझे बताया कि एक दिन स्कूल में लंच के दौरान वह स्कूल के कमरे में अगले सत्र का सामान जमा रही थी, तभी अचानक उसकी माँ उसके सामने प्रकट होकर बोलीं, 'अलविदा,' और ग़ायब हो गईं।

इस तरह की छाया बिलकुल भी असामान्य नहीं है। बेशक उसकी माँ, जो न्यू यॉर्क सिटी में रह रही थीं, अपने देहांतर से पहले अपनी बेटी के बारे में सोच रही थीं और उन्होंने अपना व्यक्तित्व अपनी बेटी के सामने प्रक्षेपित कर दिया। समय संबंधी जाँच करने में उसे पता लगा कि उसकी माँ उसके सामने जिस पल प्रकट हुई थीं, ठीक उसी पल उनका देहावसान हुआ था।

भूत उसे एक संदेश देकर ग़ायब हो गया

स्वर्गीय जेरेल्डाइन कमिन्स ने लंदन में अपने घर पर एक व्यक्ति से मेरा परिचय कराया। उन्होंने बताया कि उसे लगता था कि उसका घर भुतहा था, क्योंकि उसने घर की सीढ़ियों पर ऊपर आते तेज क़दमों की आवाज़ अक्सर सुनी थी। एक बार उसकी नौकरानी भूत देखकर बहुत डर गई, दरअसल डर से इतनी जड़वत् हो गई कि वह इस अनुभव के बाद कुछ मिनटों के लिए पूरी तरह स्थिर हो गई। नौकरानी ने रुकने से इन्कार कर दिया और अगली सुबह काम छोड़कर चली गई।

मैंने उससे कहा कि यह तथाकथित भूत एक विचार-रूप हो सकता है, जिसके साथ उस घर में कोई हादसा हुआ हो। कोई ऐसा व्यक्ति, जिसके मन में किसी को बताने की यह गहन इच्छा रही हो कि मौत से पहले क्या हुआ था। यह गहन इच्छा अक्सर उस व्यक्ति का रूप ले लेती है, लेकिन संदेश देते ही यह विचार-रूप छितर जाता है। मैंने उससे आग्रह किया कि जिस पल वह क़दमों की आहट सुने, वह जाकर तथाकथित भूत से मिले। वह उससे संदेश माँगे और फिर सुने, जो कि ठीक उसने यही किया। उसने एक शाम भूत को देखा और वह बोला, 'मुझे अपना संदेश दो।' भूत ने अपने भाई द्वारा उसकी हत्या की कहानी बताई - इसके बाद तुरंत ही वह रूप ग़ायब हो गया।

विचार-रूप किसी व्यक्ति का व्यक्तित्व नहीं है; यह तो भेजा गया शब्द या विचार-रूप है और यह सैकड़ों सालों तक बना रहता है, जब तक कि कोई संदेश प्राप्त न कर ले।

भूत के मामले में, यह किसी व्यक्ति को यह बताने का विचार और गहन इच्छा थी कि उसकी असमय मृत्यु कैसे हुई। वह शब्द (विचार-रूप) तब तक मँडराता रहा, जब तक कि

इस आदमी ने इसे चुनौती नहीं दी और सुन नहीं लिया। बाद में, उसने बताया कि इस बात की पुष्टि हो गई थी कि उस घर में एक आदमी की हत्या हुई थी और अपराधी कभी पकड़ा नहीं गया था।

उसने कहा: 'वे लोग मेरे ख़िलाफ़ काला जादू कर रहे हैं'

काला जादू, तंत्र-मंत्र और शैतान की पूजा आदिकाल से सिखाई और सीखी जाती रही है। वास्तव में जादू-टोने का पूरा विचार घोर अज्ञान पर आधारित है। इसका अर्थ बस दूसरे व्यक्ति के बारे में नकारात्मक सोचना और उसके अनिष्ट की कामना करना है। किसी दूसरे का बुरा सोचने का मतलब ख़ुद का बुरा सोचना है। आप जिसकी कामना दूसरे के लिए करते हैं, दरअसल आप ख़ुद के लिए भी उसकी कामना कर रहे हैं।

ऑफ़िस की जिस लड़की ने मेरे सामने 'काला जादू' शब्दावली का इस्तेमाल किया, उसने मुझे बताया कि ऑफ़िस की एक लड़की ने उसे गोपनीय तरीक़े से बताया था कि कुछ लड़कियाँ उसके ख़िलाफ़ प्रार्थना करके वूडू का अभ्यास कर रही थीं, ताकि वह मर जाए। इससे वह डर गई। मैंने उसे समझाया कि उनकी प्रार्थनाएँ निरर्थक और व्यर्थ थीं और उसे तो बस यह दावा करना था :

> मैं ईश्वर के जीवन के साथ जीवंत हूँ। ईश्वर जीवन है और यह अब मेरा जीवन है। ईश्वर का प्रेम मेरी आत्मा को भरता है। उसका प्रेम मुझे घेरे रखता है और मैं एक जादुई जीवन जीती हूँ। ईश्वर का जादू मुझे सारे समय घेरे रहता है।

मैंने उसे बताया कि उसे यह प्रार्थना याद कर लेनी चाहिए और इन सत्यों को बार-बार दोहराना चाहिए, क्योंकि इन सत्यों के साथ मन के बारंबार संपर्क से डर बाहर निकल जाएगा। जब भी वह वूडू या काले जादू के अपनी ओर आने के बारे में सोचे, तो उसे बस इसकी जगह पर यह विचार रखना था, 'ईश्वर मुझसे प्रेम करता है और मेरी रक्षा करता है।' मैंने बताया कि ईश्वर या आत्मा एक है और अविभाज्य है। आत्मा का एक हिस्सा आत्मा के दूसरे हिस्से का विरोधी नहीं हो सकता। दूसरे शब्दों में, आत्मा अपने ख़िलाफ़ विभाजित नहीं हो सकती। यह सत्य अंतिम, पूर्ण और शाश्वत है। यह सरल सर्वव्यापी काले जादू, तंत्र-मंत्र तथा सारे समय के लिए दुर्भावनापूर्ण जादू-टोने के प्रश्न को नकार देती है और मिटा देती है।

उसने रोशनी देखी और आस्थापूर्वक मेरे निर्देशों का अनुसरण किय, जिसके बाद एक अजीब चीज़ हुई। तीन लड़कियाँ, जिनके बारे में यक़ीन था कि वे उसकी जान लेने की प्रार्थना कर रही थीं, ऑफ़िस आते समय एक दुर्घटना में मारी गईं। जिस बुराई की कामना वे इस लड़की के लिए कर रही थीं, वह बेशक उन्हीं पर पलटकर चली गई, क्योंकि इसके पास

जाने के लिए कोई दूसरी जगह नहीं थी। इस तरह उनकी नकारात्मक या दुर्भावनापूर्ण सोच उनकी ओर एक बढ़े-चढ़े तरीक़े से लौटी। इस तरह उन्होंने वास्तव में ख़ुद को तबाह कर लिया।

संसार के कई हिस्सों में ऐसे लोग हैं, जो अपनी मानसिक शक्तियों का इस्तेमाल दूसरों को चोट पहुँचाने के लिए करते हैं, लेकिन जो भी ईश्वर के साथ अपने सामंजस्य को समझता है, वह उनकी हरकतों से प्रभावित नहीं हो सकता। जो लोग वूडू, टोने-टोटके या काले जादू का अभ्यास करते हैं, उनके पास कोई शक्ति नहीं होती। वे सुझाव का इस्तेमाल कर रहे हैं, जिसमें थोड़ी शक्ति तो होती है, लेकिन असली शक्ति नहीं होती। असली शक्ति तो सर्वशक्तिमान की है और यह एकता, सद्भाव, सौंदर्य, प्रेम व शांति के रूप में चलती है।

आप इसे चाहे जो नाम दे दें - चाहे यह शैतान हो, काला जादू हो, तंत्र-मंत्र हो या दुर्भावनापूर्ण टोना हो - ये सभी चीज़ें बस नकारात्मक सुझाव हैं। दूसरों के सुझावों को शक्ति देने से इन्कार करें। एकमात्र उपस्थिति और शक्ति को ही शक्ति दें। 91वें स्त्रोत को पढ़ें और इसमें विश्वास करें; आप एक जादुई जीवन जिएँगे।

उसने पेन या पेंसिल के बिना क़ागज़ पर जवाब लिख दिए

हाल ही में मैं मेक्सिको सिटी में एक पुराने मित्र के घर पर अतिथि था। वहाँ पर एक बहुत सुंदर महिला भी थी, जो स्वचालित लेखन करती थी। उसने अपने हाथ में एक पेन उठाया और अचानक उसका हाथ उसके अवचेतन मन द्वारा नियंत्रित होने लगा। उसने कहा कि उसका हाथ एक देहमुक्त शक्ति के नियंत्रण में था, जिसे पूर्व स्पेनिश डॉक्टर डॉ. लाटेला माना जाता था।

वह सभी उपस्थित लोगों (कुल आठ) के लिए अद्भुत संदेश लाई और सभी सहमत थे कि लिखी हुई हर बात सच थी। उसने आश्चर्यजनक सटीकता से भावी घटनाओं को उजागर किया। लेकिन उसके प्रदर्शन का सबसे रोचक हिस्सा तब आया, जब उसने क़ागज़ और कलम फ़र्श पर फेंक दिए, जिसके बाद पेन अपने आप लिखने लगा, हालाँकि कोई भी उसे नहीं पकड़े था।

इन संदेशों ने मेरे अतीत की घटनाओं के बारे में बताया और बाक़ी मौजूद लोगों के अतीत की घटनाएँ भी बताईं। एक संदेश ने कहा कि पेनसिल्वेनिया से आए एक आदमी को अगले दिन एक कूटनीतिज्ञ पद मिल जाएगा, जो सचमुच हुआ। कोई यह कह सकता है कि सभी मौजूद लोगों की अवचेतन शक्ति ने कलम को पकड़ लिया था या अगले आयाम की कोई देहमुक्त आत्मा पेन को चला रही थी। लेकिन हमें याद रखना चाहिए कि इस धरती पर हाड़-मांस वाले लोगों की तरह ही अगले आयाम के लोगों में भी एक मन और एक शरीर

होता है, जो हमारे तीन आयामी शरीरों से ज़्यादा सूक्ष्म और पारदर्शी होता है।

आत्मिक स्वरूप व्यक्तिपरक शक्तियों से उत्पन्न होते हैं और वे शारीरिक औज़ार के बिना भी काम कर सकते हैं। अगले आयाम के लोगों में एक व्यक्तिपरक मन होता है और वे मांस में भी होते हैं। हालाँकि ऊतक, मांसपेशी, अस्थि और रक्त की बात नहीं की जा रही है, लेकिन हमारे पास अनंत काल तक शरीर होता है। आप कभी बिना शरीर के रह ही नहीं सकते।

सिएन्स कक्ष में वैज्ञानिक जाँच की गई है, जिसमें वस्तुओं को बिना स्पर्श किए थामा और हिलाया गया है, टेबल और फ़र्नीचर को इधर से उधर हटाया गया है और लंदन में एक उदाहरण में तो मैंने बर्तनों को धुलते देखा, जबकि आस-पास कोई हाथ नहीं था। ईएसपी हलकों में इसे टेलीकाइनेटिक ऊर्जा कहा जाता है, सामान्य शारीरिक संपर्क और प्रयास के बिना वस्तुओं को हिलाने की योग्यता।

शराब की बोतल किसने खोली?

कुछ साल पहले जब मैं लंदन में डॉ. ईवलिन फ़्लीट से मिलने गया, तो उन्होंने मेरा परिचय एक अतीन्द्रिय महिला से कराया, जो उस वक़्त मौजूद थी। डॉ. फ्लीट ने कहा कि यह अतीन्द्रिय महिला किसी गिलास या बोतल को छुए बिना शराब पेश कर सकती थी। हमारी आँखों के सामने, बिना किसी के स्पर्श के, शराब की बोतल खुली और गिलास पूरा भर गया। गिलास मेरे मुँह तक लाया गया, जिस पर मैंने पुष्टि की कि यह सचमुच असली गिलास में असली शराब थी।

जैसा डॉ. फ्लीट ने स्पष्ट किया, अतीन्द्रिय महिला के व्यक्तिपरक मन ने यह घटना प्रदर्शित की थी। स्पष्ट रूप से, वह यह काम डॉ. फ्लीट की मौजूदगी में कई बार कर चुकी थी।

हमारे भीतर अद्भुत शक्तियाँ हैं, जिनमें से कई के हम सपने भी नहीं देख सकते। कोई कह सकता है कि अतीन्द्रिय घटना चौथे आयाम के जीवों या अवचेतन मन द्वारा उत्पन्न होता है। मुद्दे की बात यह है कि सारी घटनाएँ मानसिक शक्ति से उत्पन्न होती हैं, चाहे इस आयाम में हो या अगले में।

आपका अवचेतन मन शरीर के बिना देख सकता है, सुन सकता है, महसूस कर सकता है, सूँघ सकता है, यात्रा कर सकता है, स्पर्श कर सकता है और स्वाद ले सकता है। आप ख़ुद को हज़ारों मील दूर प्रक्षेपित कर सकते हैं, देख सकते हैं कि क्या हो रहा है और ख़ुद को दिखा भी सकते हैं। चौथे आयाम की या सूक्ष्म यात्रा आज मान्यता पा चुकी है। ऐसी घटनाएँ मौजूद हैं और संसार भर के हज़ारों लोग इसका अनुभव कर चुके हैं। इससे इन्कार

करना सरासर अज्ञान है।

कई भविष्यवाणियाँ सटीक क्यों होती हैं

जब आप ज़मीन में कोई बीज बोते हैं, तो पेड़ का पूरा तंत्र पहले से ही उस बीज में होता है। बीज में पूरे पेड़ का विचार मौजूद होना ही चाहिए, वरना वस्तुपरक रूप में यह कभी पेड़ नहीं बन पाएगा। बीज मिट्टी में विलीन हो जाता है। व्यक्तिपरक बुद्धिमत्ता मज़बूत पेड़ बनाने के लिए आगे बढ़ जाती है।

जब कोई अतीन्द्रिय व्यक्ति आपके मन में संपर्क करता है, तो आपके विचार बीजों की तरह होते हैं। आपका मन कालातीत और स्थानरहित है, आपके विचार और उनके प्रकटीकरण मन में एक हैं। दूसरे शब्दों में, आपका मन उस विचार को पूर्ण के रूप में देखता है। विचार ही वस्तु है। एक अच्छा अतीन्द्रिय व्यक्ति या माध्यम आपके विचारों के पूर्ण प्रकटीकरण को देख लेता है - संसार के पर्दे पर वस्तुओं के रूप में प्रकट होने से पहले।

माध्यम आपकी व्यक्तिपरक प्रवृत्तियों, विश्वासों, योजनाओं और उद्देश्यों से संपर्क करता है और उन्हें पहले से पूर्ण के रूप में देखता है। आपकी ही तरह उसका अवचेतन भी केवल निगमनात्मक तर्क करता है। ज़ाहिर है, आप चाहें, तो अपने दिमाग़ को बदलकर उसकी भविष्यवाणियों को बदल सकते हैं, क्योंकि नज़रिया बदलने से हर चीज़ बदल जाती है।

आप चेतन रूप से जागरूक और जाग्रत हो सकते हैं

डॉ. फिनीज़ पार्कहर्स्ट क्विम्बी 19वीं सदी के मध्य में मेन में रहते थे। उनमें अपनी पहचान को घनीभूत करने और हज़ारों मील दूर लोगों के सामने प्रकट होने की शक्ति थी। वे चेतन रहते थे और दूसरों के दिमाग़ को पढ़ने या दूरी पर उनसे मिलने जाने के लिए कभी भी मूर्च्छा में दाख़िल नहीं होते थे। वे लोगों को उनकी बीमारी का कारण बताते थे और कई का उपचार भी करते थे। वे सभी पारंपरिक और झूठे विश्वासों को बाहर निकालकर तथा अपने मन को ईश्वर के सत्यों से भरकर अतीन्द्रियदर्शी बन गए।

वे अपने सारे अद्भुत काम बिलकुल सामान्य चेतन अवस्था में करते थे। डॉ. क्विम्बी जानते थे कि मनुष्य अपने शरीर से स्वतंत्र है और वह इसके सूक्ष्म शरीर या एस्ट्रल शरीर के साथ काम कर सकता है, जो वर्तमान शरीर का प्रतिरूप है। किसी रोगी के साथ बातचीत करते वक़्त वे अतीन्द्रिय तरीक़े से सैकड़ों मील दूर किसी दूसरे रोगी को बिस्तर से उठते और पूरी तरह ठीक होकर नीचे की मंज़िल पर जाते हुए देखते थे - वे यह सब आँखें बंद किए

बिना देख सकते थे।

आपके पास एक और शरीर है, जो वर्तमान शरीर से स्वतंत्र होकर काम करता है। आपका मन काम कर सकता है और पदार्थ को हिला सकता है। मुद्दे की बात यह है कि अतीन्द्रिय संसार होता है। चाहे यह आपके अवचेतन मन के कारण हो या अगले आयाम में किसी परिजन के अवचेतन मन के कारण हो, असल बात यह याद रखना है कि सारे लोगों में एक ही मन साझा होता है।

स्मरणीय बिंदु...

1. आपका अवचेतन आपके शरीर का निर्माता है। यह आपके शरीर के सारे अत्यावश्यक कार्यों को नियंत्रित करता है। यह स्मृति और आदत का स्थान भी है। यह केवल निगमनात्मक तरीक़े से तर्क करता है। अपने अवचेतन को उन आधारवाक्यों से पोषण दें, जो सच हैं और यह उसी अनुरूप प्रतिक्रिया करेगा। आपका अवचेतन आँखों के बिना देखता है और कानों के बिना सुनता है। आपके अवचेतन में ईश्वरीय बुद्धिमत्ता और अनंत प्रज्ञा है। दूसरे शब्दों में, आपकी व्यक्तिपरक गहराई के भीतर ईश्वर के सभी गुण और शक्तियाँ हैं।

2. आपका चेतन मन तार्किक, विश्लेषणात्मक मन है। आप अनुगमात्मक तरीक़े से, निगमनात्मक तरीक़े से और सादृश्य द्वारा चुनते हैं, तौलते हैं, जाँच करते हैं और तर्क करते हैं। आपका चेतन मन आपके अवचेतन को नियंत्रित करता है। आपका चेतन मन जिसे भी सच मानता और स्वीकार करता है, उसे आपका अवचेतन घटित करा देगा।

3. स्वर्गीय जेरेल्डाइन कमिन्स, जो मेरी पुरानी मित्र थीं, एक निष्क्रिय, अतीन्द्रिय, ग्रहणशील अवस्था में पहुँचकर स्वचालित लेखन का अभ्यास करती थीं, तभी अचानक उनका नियंत्रण 'एस्टर' ले लेता था। उनके हाथ को नियंत्रित किया जाता था और वे विदेशी भाषाओं में लिखती थीं, जिन्हें वे नहीं समझती थीं। वे सटीक जानकारी तथा भविष्यसूचक कथन बताती थीं, जो बाद में सचमुच घटित होते थे। वे एक अर्ध-मूर्च्छित अवस्था में पहुँच जाती थीं और उन्हें ज़रा भी पता नहीं रहता था कि वे क्या लिख रही हैं। कई प्रसंगों में मुझे यक़ीन है कि अगले आयाम के स्त्री-पुरुष उन्हें लिखा रहे थे। यही नहीं, उनके पास उन भाषाओं का कोई ज्ञान नहीं था, जिनमें वे लिखती थीं।

4. कई अतीन्द्रिय लोग पूरी तरह सामान्य, चेतन अवस्था में रहते हुए आपके अवचेतन मन का दोहन कर सकते हैं।

5. एक निश्चित माध्यम मूर्च्छा की अवस्था में एक टेबल उठा सकती थी और ख़ुद को भी ज़मीन से कमरे की छत तक उठा लेती थीं। मैंने इसे कई बार होते देखा। मूर्च्छा की अवस्था में एक आइरिश माध्यम एक प्रोफ़ेसर से बोली कि उनकी माँ उसके ज़रिये उनसे बात करने वाली हैं। माँ ने अपने बेटे से ग्रीक में खुलकर लगभग पंद्रह मिनट तक बात की। प्रोफ़ेसर ने कहा कि उन्हें यक़ीन था कि यह उनकी माँ ही थीं। इस प्रकरण में, कई मूर्त रूप प्रकट हुए, जिनमें से कई ने बातचीत की और ग़ायब होने से पहले पाँच-छह मिनट तक क़ायम रहे।

6. साइकोमीट्रिस्ट किसी व्यक्ति की एक अँगूठी, पत्र या कपड़ा लेकर सटीकता से उस व्यक्ति, उसकी आदतों, प्रवृत्तियों, बीमारियों और उसके पते-ठिकाने का भी वर्णन कर सकता है। इसका कारण यह है कि उस व्यक्ति का व्यक्तित्व अँगूठी या कपड़े पर अंकित होता है। अतीन्द्रिय महिला आपके सबसे अंदरूनी विचारों में भी दाख़िल हो सकती है।

7. कई लोग एक अंदरूनी आवाज़ सुनते हैं, जो उन्हें ख़तरे की चेतावनी देती है और उन्हें बताती है कि अपनी रक्षा कैसे करें। कई बार ये चेतावनियाँ रात के सपनों में आती हैं। एक जहाज़ के अफ़सर ने अपने ज़्यादा गहरे मन को यह निर्देश देने की आदत डाली कि आंतरिक आवाज़ हमेशा सभी मायनों में उसकी रक्षा करेगी, उपचार करेगी और भला करेगी। इस तरह से उसने झूठे आभासों को हटा दिया। फलस्वरूप यह हमेशा उसके अधिक ऊँचे स्व की आवाज़ बनी रही।

8. कई बार सिएन्स में जब माध्यम मूर्च्छा में होता है, तो देहरहित शक्तियों की आवाज़ हवा में भरी लगती हैं। मैं तथा दूसरे मौजूद लोगों ने इनमें से कुछ आवाज़ों से लंबी बातचीत की है और हमें बेहद बुद्धिमत्तापूर्ण जवाब मिले हैं। मुझे यक़ीन है कि इनमें से कई आवाज़ें माध्यम के अवचेतन की थीं, जबकि दूसरी आवाज़ें जीवन के दूसरे आयाम से आई थीं। आप किसी व्यक्ति को सम्मोहित कर सकते हैं - मूर्च्छा की अवस्था में उसे सुझाव दे सकते हैं कि वह आपका भाई है, लेकिन चूँकि वह आपके भाई को नहीं जानता, इसलिए वह आवाज़ या लहज़े में उसकी नक़ल नहीं कर सकता।

9. अगले आयाम में देहांतर से तुरंत पहले या तुरंत बाद किसी प्रियजन की छाया को महसूस करना संभव है। यह प्रियजन की आपसे संवाद करने की गहन इच्छा पर आधारित है। आप जो देखते हैं, वह आपके परिजन के चौथे आयाम के शरीर और व्यक्तित्व का प्रक्षेपण है।

10. आवाज़ या पदचाप के रूप में छाया एक विचार-रूप हो सकता है, जिसका मतलब है कि कोई ऐसा व्यक्ति, जिसके साथ उस घर में हादसा हुआ है, अपनी मौत की सच्चाई

बताने के लिए लालायित है। विचार-रूप तथाकथित 'मृत व्यक्ति' के व्यक्तित्व का आकार ले लेते हैं। जब आप संदेश को सुनते हैं और विचार-रूप से बात करते हैं, तो यह ओझल हो जाता है - क्योंकि इसका मक़सद पूरा हो जाता है

11. काला जादू, तंत्र-मंत्र और दुर्भावनापूर्ण टोना सभी एक ही श्रेणी में आते हैं: नकारात्मक, विनाशकारी सोच और मन के नियम का दुरुपयोग। यह नकारात्मक सोच भारी अज्ञान पर आधारित होती है। सुझाव शक्ति तो है, लेकिन सबसे बड़ी शक्ति नहीं है। सबसे बड़ी शक्ति सर्वोच्च प्रज्ञा या आपके भीतर की जीवंत आत्मा है, जो एक और अविभाज्य है। यह सद्भाव, सौंदर्य और प्रेम के रूप में चलती है। आप दूसरों के सारे नकारात्मक सुझावों और विचारों को अस्वीकार कर सकते हैं। दूसरों के सुझावों में कोई शक्ति नहीं होती, जब तक कि आप उन्हें शक्ति न दें। यदि कोई आपसे कहता है, 'आप असफल होने जा रहे हैं,' तो आप जानते हैं कि आप सफल होने, जीतने के लिए पैदा हुए हैं। भीतर का ईश्वर असफल नहीं हो सकता, इसलिए सामने वाले का नकारात्मक सुझाव सफलता और विजय में आपके विश्वास को बलवान करता है। एक लड़की को बताया गया कि दूसरे उसे मारने के लिए जादू-टोना कर रहे हैं। उसने अनंत के साथ एक होने का दावा किया। वह जान गई कि ईश्वर का प्रेम उसे चारों ओर से घेरे हुए था और उसने यह बात अपने दिलोदिमाग़ में भर ली। उसने दूसरों को कोई शक्ति नहीं दी, बल्कि अपना ध्यान उस एकमात्र शक्ति की ओर मोड़ा, जो प्रेम के रूप में होती है। दूसरी लड़कियाँ, जो उसके बुरे और मौत की कामना कर रही थीं, एक कार दुर्घटना में मारी गईं। दूसरे शब्दों में, उन्होंने अपनी जान ख़ुद ली। यह सुनिश्चित करें कि आप केवल उसी की कामना करें, जो प्यारा है और दूसरों के लिए हितकर है। जो आप दूसरे के लिए सोचते और चाहते हैं, उसे आप अपने मन, शरीर और अनुभवों में उत्पन्न कर लेते हैं।

12. ज़्यादातर स्वचालित लेखक अर्ध-मूर्च्छा में जाकर गूढ़ प्रकृति के अद्भुत संदेश ग्रहण करते हैं और सबसे जटिल समस्याओं के जवाब उजागर करते हैं। स्वचालित लेखक अपने हाथ में एक कलम पकड़ती है। अचानक उसका अवचेतन कमान सँभाल लेता है और उसके चेतन ज्ञान के बिना लिखने लगता है। एक और रोचक बिंदु यह है कि आप किसी पेन या पेंसिल को क़ागज़ या स्लेट पर लिखते देख सकते हैं, जबकि किसी का हाथ उसके आस-पास न हो। मैंने यह कई बार होते देखा है। स्वचालित लेखक दावा करती है कि संदेश देहमुक्त शक्तियों से आते हैं, मौजूद लोगों के परिजनों या मित्रों से आते हैं, जो अब अगले आयाम में रह रहे हैं। कई मामलों में मैं इसे सच मानता हूँ। आपको यह याद रखना चाहिए कि आप कभी भी बिना शरीर के नहीं रहेंगे। जब आप देहमुक्त आत्माओं या देहमुक्त शक्तियों के बारे में पढ़ते हैं, तो बस यह अहसास कर लें कि इसका मतलब यह है कि वे एक तीन-आयामी शरीर में काम नहीं कर रहे हैं, बल्कि किसी चौथे-आयामी देह में काम कर रहे हैं। आपके पास अनंत

काल तक शरीर रहेंगे। ऐसा कोई कारण नहीं है कि आप अगले आयाम में पहुँच चुके अपने परिजन का संदेश नहीं सुन सकते। वे अक्सर परिजनों से सपनों में संवाद करते हैं।

13. किसी बहुत अच्छे अतीन्द्रिय व्यक्ति या माध्यम के लिए यह संभव है कि वह गिलास या बोतल को छुए बिना बोतल खोल दे और शराब गिलास में डालकर पेश करा दे। यह आपके अवचेतन मन की शक्तियों में से एक है। वास्तव में, आपके शरीर में कोई शक्ति नहीं है। इसमें अपनी कोई बुद्धि नहीं है, कोई इच्छाशक्ति और कोई पहलशक्ति नहीं है - जड़ता इसका लक्षण है। शक्ति तो आपकी आत्मा और मन में होती है।

14. जब कोई संवेदनशील या अच्छी अतीन्द्रिय महिला आपसे संपर्क करती है, तो वह आपके मन को पढ़ती है। आपके विचार और उनके प्रकटीकरण मन में एक हैं, जैसे कि पेड़ बीज में पहले से ही होता है। आपका मन कालातीत और स्थानरहित है। आपका अवचेतन केवल निगमनात्मक तरीक़े से ही तर्क करता है। आपके विचार वस्तुएँ हैं। जब तक कि आप अपना मन न बदलें, किसी अतीन्द्रिय व्यक्ति की भविष्यवाणियाँ ज़्यादातर मामलों में बहुत सटीक होनी चाहिए, जो उसकी मानसिक कुशलता, बुद्धिमत्ता और अंतर्बोध पर निर्भर करता है।

15. 1847 में डॉ. फ़िनीज़ पार्कहर्स्ट क्विम्बी अपनी पहचान को घनीभूत करके सैकड़ों मील दूर के रोगियों के सामने प्रकट हो सकते थे और उनका इलाज कर सकते थे। वे अपने सूक्ष्म या चार-आयामी शरीर को प्रक्षेपित कर सकते थे, जो आपके वर्तमान शरीर का प्रतिरूप है। वे लोगों के मन को पढ़ सकते थे, उन्हें उनके रोग का कारण बता सकते थे और उनका उपचार कर सकते थे। वे अतीन्द्रिय भी थे। वे कभी भी मूर्च्छा में नहीं गए, बल्कि हमेशा चेतन बने रहे। रोगियों से बातें करते समय अपनी आँखें खुली रखते हुए वे वर्णन कर सकते थे कि कई मील दूर का एक दूसरा रोगी उतरकर नीचे की मंज़िल वाली डिनर टेबल पर आ रहा था और वह बीमारी से पूरी तरह से ठीक हो गया था।

समापन

अपने भीतर की ईश्वरीय उपस्थिति और शक्ति के संपर्क में आएँ और दावा करें, महसूस करें और जान लें कि आप ऊपर से प्रेरित हैं, कि सर्वशक्तिमान की आत्मा आपके मन में प्रवाहित होती है और ईश्वर आपके ज़रिये सोचता है, बोलता है, कार्य करता है और लिखता है। दावा करें कि आपके शब्द चाँदी की तस्वीरों में सोने के सेवफल हैं और वे आत्मा के लिए मधुर तथा अस्थियों के लिए स्वास्थ्यवर्धक हैं। यह अहसास करें कि ईश्वर आपसे प्रेम करता है और आपकी रक्षा करता है! जान लें कि उसकी शांति की नदी आपके दिलोदिमाग़ को सराबोर कर देती है। महसूस करें कि आप पवित्र सर्वविद्यमानता में डूबे हैं और दिव्य प्रकाश की चकाचौंध में नहा रहे हैं। यक़ीन करें कि अब आप उसे स्पर्श करते हैं, जो हमेशा है और उस पल का अनुभव करते हैं, जो हमेशा क़ायम रहता है।